ہوم اکنامکس 7





پنجاب ٹیکسٹ بک بورڈ، لاہور

اپیل

پنجاب ٹیکسٹ بک بورڈ ایک قومی ادارہ ہے جو پنجاب کے طلبہ کے لیے معیاری اور سستی نصابی کتب بروقت مہیا کرنے کے لیے کوشش کرتا ہے۔ مگر کچھ جعل ساز ناجائز منافع کے لیے بورڈ کی شائع کردہ کتب کے جعلی ایڈیشن گھٹیا کاغذ پر ناقص طباعت کے ساتھ مارکیٹ میں فروخت کرنے کی کوشش کرتے ہیں اور بورڈ کو مالی نقصان پہنچانے کے علاوہ اس کی بدنامی کا سبب بھی بنتے ہیں۔ طلبہ اور والدین سے توقع کی جاتی ہے کہ ایسی کتب کی اطلاع بورڈ کو دیں تاکہ ضروری سدِباب کیا جا سکے۔ بورڈ کی نصابی کتابوں کی نشاندہی بورڈ کے اس نشانِ خصوصی سے ہوتی ہے جو ہر کتاب کے سرورق پر چھپا ہوتا ہے۔

ریاض احمد خان

چیئرمین

پنجاب ٹیکسٹ بک بورڈ

21-ای- 2-گلبرگ-3 - لاہور

بِسمِ اللہِ الرَّحمٰنِ الرَّحِیمِ



ہوم اکنامکس 7

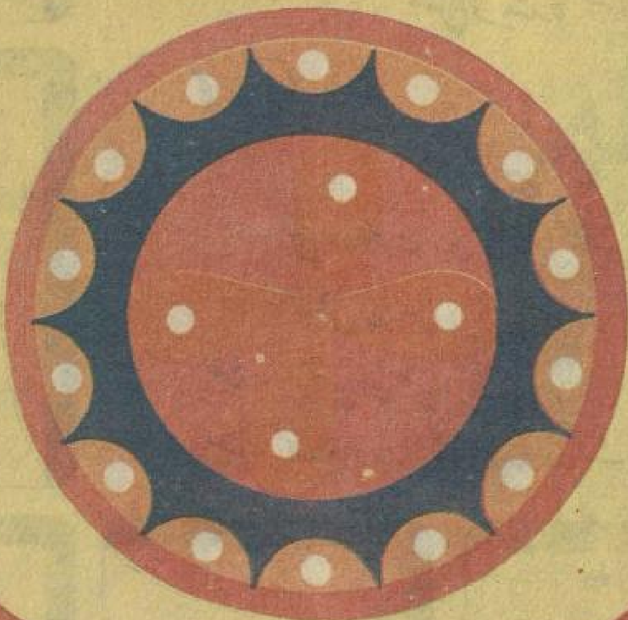


ناشر

ٹیکنیکل پبلشرز، اُردو بازار، لاہور

برائے

پنجاب ٹیکسٹ بُک بورڈ، لاہور





IMPORTANT NOTES

کام کے لیے وقت کی منصوبہ بندی



تیار کردہ: پنجاب ٹیکسٹ بک بورڈ، لاہور

منظور کردہ: قومی ریویو کمیٹی وفاقی وزارتِ تعلیم حکومت پاکستان

مصنفین :

مسز صفیہ نذیر چغتائی

مسز انجم نواز

مس وسیم بانو

مدیران :

مسز عائشہ اختر

مس زیبندہ مشکور

نگران :

مس زیبندہ مشکور

نگران آرٹسٹ :

محمد ظہیر الحق

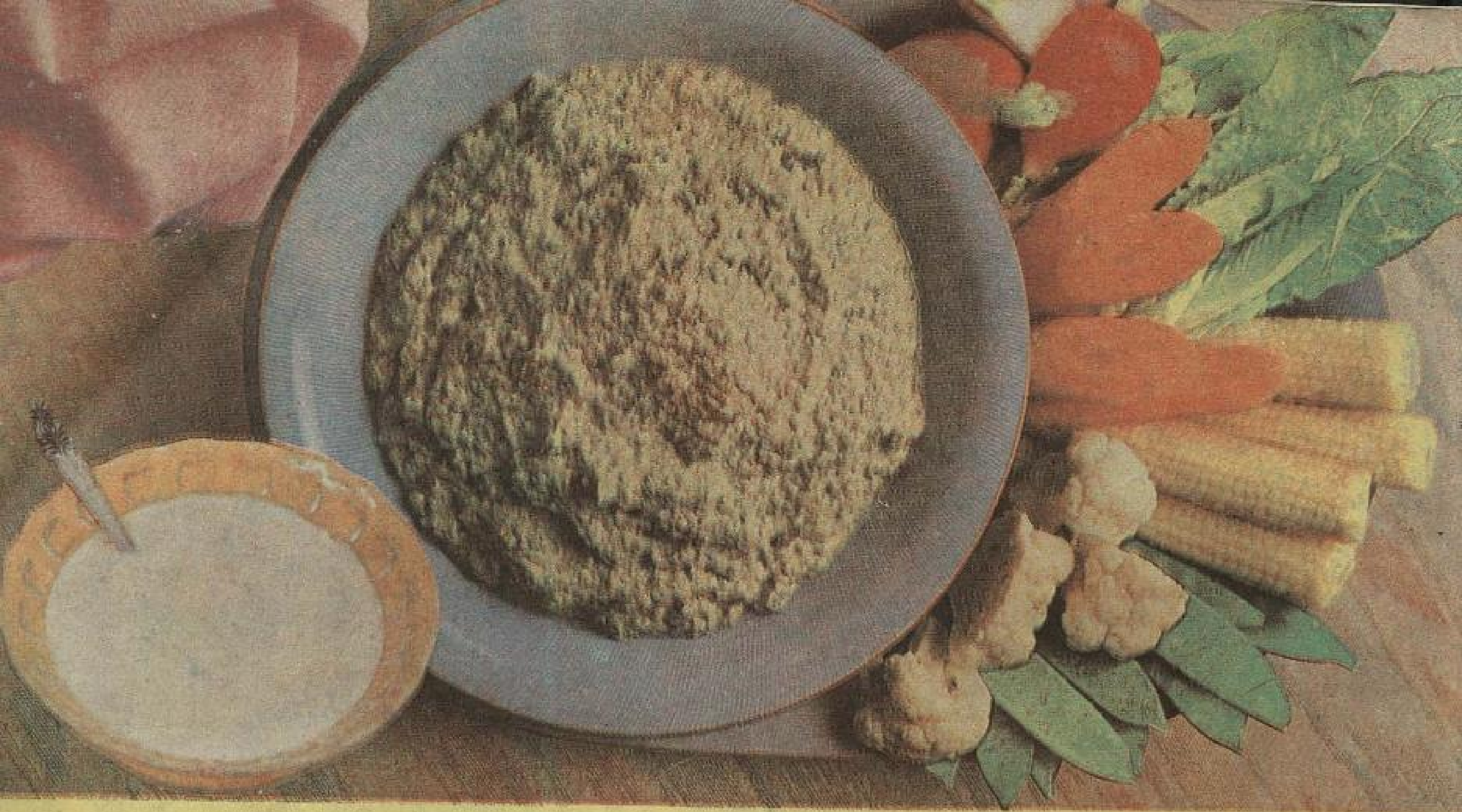
فنی معاونت ری پروسیسنگ

نقوش پریس، لاہور

طابع: حسن الدین اشرف

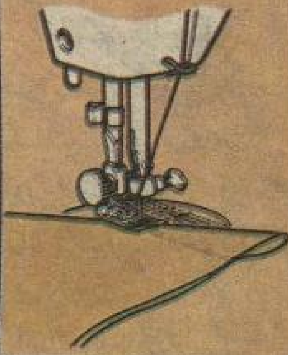
مطبع: فہد عمران پرنٹرز، بیرون موری گیٹ، لاہور





فہرست مضامین

غذا اور غذائیت








سلائی

خاندان میں مؤثر طریقے سے رہنا




غذا اور غذائیت

1



گوشت پکانا

گوشت کی غذائیت

ہماری غذا میں اناج ، سبزیوں ، پھلوں اور دالوں کے علاوہ گوشت نہایت اہم ہے ۔ جس کا ہماری صحت سے گہرا عمل دخل ہے ۔ کیونکہ گوشت میں مندرجہ ذیل غذائی اجزا پائے جاتے ہیں ۔ مثلاً

1- گوشت خواہ کسی بھی جانور کا ہو ۔ اس میں اعلیٰ قسم کی مکمل پروٹین (Complete Protein) پائی جاتی ہے ۔ جو ہمارے خلیات اور بافتوں کی تعمیر اور تجدید و بحالی کے لیے لازمی ہے ۔ پروٹین کی کمی سے ہمارا جسم نشوونما نہیں پا سکتا ۔ پانچ سال سے کم عمر کے بچوں کے لیے اس کی کمی نہایت مہلک ثابت ہو سکتی ہے ۔

2- دل ، گُردے اور خصوصاً کلیجی میں پروٹین کے علاوہ فولاد کا بہترین ذخیرہ ہوتا ہے ۔ جو ہمارے خون کے سُرخ ذرات بنا کر ہمیں صحت و تندرستی عطا کرتا ہے ۔

3- ہڈیوں اور پایوں میں کیلشیم اور فاسفورس جیسے اہم نمکیات کی کثیر مقدار پائی جاتی ہے ۔ جو ہمارے جسم کی ہڈیاں اور دانت مضبوط بنانے کے لیے ضروری ہیں۔

4- گوشت میں "وٹامن بی" کی کافی مقدار پائی جاتی ہے جو اعصاب کے لیے نہایت ضروری ہے ۔

گوشت کی اقسام

رنگت کے لحاظ سے گوشت کی درج ذیل دو اقسام ہیں مثلاً

1- **سفید گوشت :** اس میں مُرغی ، بطخ ، خرگوش ، کبوتر ، مُرغابی اور مچھلی کا گوشت شامل ہے ۔ یہ زُود ہضم لیکن کم قوّت بخش ہوتا ہے ۔

2- **سُرخ گوشت :** اس میں بکرے ، دُنبے اور گائے کا گوشت شامل ہے ۔ یہ بہت قوت بخش ہوتا ہے ۔ کیونکہ اس میں فولاد موجود ہوتا ہے ۔

گوشت خریدنے کے بارے میں ہدایات

گوشت خواہ بکرے ، گائے ، مُرغی یا مچھلی کا ہو ۔ اس کو خریدتے وقت مندرجہ ذیل باتوں کا خیال رکھنا چاہیے ۔

1- گوشت خریدتے وقت اُس کی رنگت کو دیکھنا چاہیے ۔ کم عمر جانور کا گوشت ہلکے گُلابی رنگ کا ہوتا ہے ۔ جب کہ بڑی عُمر کے جانور کا گوشت سیاہی مائل ہلکے سُرخ رنگ کا ہوتا ہے ۔

2- تازہ گوشت صاف سُتھرا اور مخصوص خوشبُو کا حامل ہوتا ہے اور اس کا رنگ گُلابی مائل سُرخ ہوتا ہے ۔

3- تازہ اور صحت مند جانور کے گوشت پر شعبۂ صحت کی مُہر لگی ہوتی ہے ۔

4- تازہ گوشت اپنی شکل برقرار رکھتا ہے اور اس کے ریشے نرم ، کھڑے کھڑے مگر مضبوطی سے ایک دوسرے کے ساتھ جُڑے ہوتے ہیں ۔ دیکھنے میں تروتازہ اور رَس دار لگتا ہے ۔ جبکہ باسی گوشت میں سے ناگوار سی بُو آنے لگتی ہے ۔

گوشت پکانے کے بارے میں ہدایات

گوشت چونکہ غذائیت سے بھرپُور ہوتا ہے ۔ اس لیے اس کو پکاتے وقت چند احتیاطی تدابیر پر عمل کرنا ضروری ہے ۔ تاکہ اس کی غذائیت ضائع نہ ہو ۔ مثلاً

1- تازہ گوشت کو پکانے سے پہلے اس کے چھیچھڑے ، بال اور دیگر ذرات چُن کر نکال دیں اس کو صاف پانی سے ایک دو مرتبہ دھو لیں ۔ اور فوری طور پر پکنے کے لیے رکھ دیں تاکہ پانی میں حل شدہ نمکیات اور وٹامن ضائع نہ ہوں ۔

2- فریزر سے نکالا ہوا گوشت چونکہ صاف کر کے اور دھو کر ہی رکھا جاتا ہے ۔ اس لیے اس کو پانی میں نہ رکھیں بلکہ براہ راست ہی پکنے کے لیے رکھ دیں ۔

3- گوشت ہمیشہ ہلکی آنچ پر پکائیں ۔ کیونکہ تیز آنچ پر پکانے سے وہ اکڑ جاتا ہے اور اس کے ذائقے اور غذائیت میں کمی آ جاتی ہے ۔ جبکہ ہلکی آنچ پر پکے ہوئے گوشت کی بوٹیاں نرم اور خوش ذائقہ ہوتی ہیں ۔

4- گوشت پکاتے وقت اسے بُھونتے کی بجائے زیادہ گھی میں تل لیں کیونکہ تلنے سے گوشت کا پانی بھاپ بن کر اُڑ جاتا ہے اور بہت سے معدنی نمکیات گوشت کی سطح پر جم جاتے ہیں ۔ اسی وجہ سے اس طریقے سے تیار کیے ہوئے کھانے لذیذ اور خوش ذائقہ ہوتے ہیں ۔

5- گوشت پکانے کے لیے پانی کا استعمال ضرورت کے مطابق کریں ۔ یعنی گوشت کو پکانے کے لیے پانی اتنی مقدار میں ہی ڈالیں جو پکانے کے دوران خشک ہو جائے ۔

گوشت کے سالن

ہمارے اکثر گھرانوں میں گوشت کے سالن مختلف طریقوں سے پکائے جاتے ہیں ۔ مثلاً بُھنا گوشت ، قورمہ ، سبزی گوشت ، دال گوشت ، کوفتے ، تلی ہوئی مچھلی ، مچھلی کا سالن ، مُرغی کا سالن ، مُرغ روسٹ اور شامی کباب وغیرہ وغیرہ ۔ ہر گھرانا ان کو پکانے کے لیے مخصوص انداز و طریقہ اپناتا ہے ۔

گوشت خواہ کسی طریقے سے بھی پکایا جائے ۔ اس میں مصالحہ جات اور گھی کا استعمال ضرور ہوتا ہے اور ان میں بھی تھوڑی بہت غذائیت ضرور پائی جاتی ہے ۔ مثلاً

مصالحہ جات غذا کو مزیدار بناتے ہیں اور کھانے کی اشتہا بڑھاتے ہیں ۔ ان میں خوشبودار نامیاتی تیل ہوتے ہیں ۔ جو ہضم کرنے والی رطوبتوں کا اخراج بڑھاتے ہیں جس سے غذا کو ہضم ہونے میں مدد ملتی ہے ۔

گھی میں تلنے سے گوشت کی غذائیت قائم رہتی ہے ۔ کیونکہ گوشت کو جب گھی میں تلا جاتا ہے ۔ تو اس سے پانی بھاپ بن کر اُڑ جاتا ہے اور گوشت کی سطح پر معدنی نمکیات جم جاتے ہیں ۔ نیز گھی کی چکنائی جسم میں ایندھن کا کام دیتی ہے اور جسم کو حرارت و توانائی فراہم کرتی ہے ۔ اس میں "وٹامن اے ، ڈی ، ای اور کے" موجود ہوتے ہیں۔ جو جسم کے نازک حصّوں مثلاً دل ، گُردے اور آنتوں وغیرہ کی حفاظت کرتے ہیں ۔

قورمہ (سادہ)

اشیا

گوشت	1/2 کلوگرام
گھی	125 گرام (نصف پیالی)
پیاز (بڑے)	دو
لہسن (باریک کُوٹا ہوا)	ایک چائے کا چمچ
ادرک (باریک کُوٹا ہوا)	ایک چائے کا چمچ
ہرا دھنیا	حسبِ منشا
سُرخ مرچ (باریک پِسی ہُوئی)	ایک چائے کا چمچ یا حسبِ ذائقہ
خُشک دھنیا (باریک پِسا ہُوا)	ایک چائے کا چمچ
ہلدی (باریک پِسی ہُوئی)	1/4 چائے کا چمچ
نمک	آدھا چائے کا چمچ یا حسبِ ذائقہ
گرم مصالحہ (باریک پِسا ہُوا)	آدھا چائے کا چمچ یا حسبِ ذائقہ
ٹماٹر	حسبِ منشا
پانی	حسبِ ضرورت

ضروری سامان :

دیگچی ، چُھری ، سبزی کاٹنے کا تختہ ، ڈوئی ، چھلنی، پلاسٹک کا پیالہ، ڈونگا ، ڈونگے کا چمچ ، گہری پلیٹ ، ٹرے بمعہ ٹرے کور

طریقہ :

1- گوشت کو کسی کھُلے برتن یا چھلنی میں ڈال کر صاف پانی سے ایک دو مرتبہ دھو لیں ۔

2- پیاز کا چھِلکا اُتار کر لچھے دار کاٹ لیں ۔

3- دیگچی میں گھی ڈال کر گرم کریں ۔ اس میں پیاز ڈال کر ہلکا بادامی کر لیں اور گھی میں سے نکال کر علیحدہ رکھ لیں ۔ اِسی گھی میں لہسن اور ادرک کو تھوڑا سا بُھون لیں ۔ اور گھی میں سے نکال کر سُرخ کیے ہوئے پیاز کے ساتھ ملا کر باریک پیس لیں۔

4- گھی میں گوشت ڈال کر بُھونیں۔ جب گوشت ہلکے گُلابی رنگ کا ہو جائے تو اس میں پسا ہوا پیاز، ادرک ، لہسن ، نمک ، مرچ ، گرم مصالحہ اور دھنیا ڈال کر ہلکی آنچ پر بھونیں۔

5- بُھنے ہُوئے گوشت کو دو پیالی پانی ڈال کر دھیمی آنچ پر گلنے کے لیے رکھ دیں۔ جب گوشت گل جائے تو ٹماٹر ڈال کر بھونیں۔ تھوڑا سا پانی ڈال کر حسبِ منشا شوربا بنا لیں۔ قورمہ کو ڈونگے میں نکال لیں۔

6- پیش کرنے کے لیے ٹرے میں قورمہ کا ڈونگا ، ڈونگے کا چمچ اور گہری پلیٹ رکھیں۔ اور گرم گرم چپاتی اور سلاد کے ہمراہ پیش کریں۔

آلو قیمہ

آلو قیمہ ایک روزمرہ پکائی جانے والی ڈش ہے ۔ جو غذائیت سے بھرپور ہوتی ہے ۔ اور بچے ، بڑے ، بوڑھے سبھی اس کو شوق سے کھاتے ہیں ۔

آلو ایک سستی اور مشہور سبزی ہے ۔ جو بآسانی دستیاب ہے ۔ اس کو سالن میں منفرد طور پر بھی اور دیگر سبزیوں نیز گوشت یا قیمہ کے ساتھ ملا کر بھی پکایا جاتا ہے۔ آلو میں وٹامن سی، کاربوہائیڈریٹ اور آئرن کافی مقدار میں پائے جاتے ہیں۔ جبکہ قیمہ میں پروٹین ، نمکیات اور وٹامن وافر مقدار میں پائے جاتے ہیں۔ اسی وجہ سے آلو قیمہ غذائیت سے بھرپور ہوتا ہے۔

قیمہ خریدنے کے بارے میں ہدایات

قیمہ خریدتے وقت درج ذیل باتوں کو مدّنظر رکھنا ضروری ہے ۔ مثلاً

1- قیمہ کروانے کے لیے کوشش کریں کہ گوشت اس حصے کا ہو جس میں زیادہ چربی اور ریشے نہ ہوں ۔ اس کے لیے ران کا گوشت مناسب رہتا ہے ۔

2- گوشت کو صاف کروا کر قیمہ تیار کروائیں ۔

3- کباب وغیرہ بنانے کے لیے قیمہ کو مشین سے دو دفعہ نکلوائیں ۔

4- بھونتے یا سبزی میں ڈالنے کے لیے ہاتھ سے کُوٹا ہوا یا مشین سے ایک دفعہ نکلا ہوا قیمہ موزوں رہتا ہے ۔

آلو قیمہ

اشیا

آلو	1/4 کلو گرام
قیمہ	1/2 کلو گرام
گھی	60 گرام
پیاز	2 عدد (درمیانے)
لہسن	ایک چھوٹی گرہ
ادرک (باریک کُوٹا ہوا)	1/2 چائے کا چمچ
ٹماٹر	2 عدد
ہرا دھنیا	حسبِ منشا
سُرخ مرچ	ایک چائے کا چمچ
دھنیا (پِسا ہوا)	ایک چائے کا چمچ
ہلدی	1/4 چائے کا چمچ
نمک	1/2 چائے کا چمچ یا حسبِ منشا
گرم مصالحہ	1/4 چائے کا چمچ

ضروری سامان :

دیگچی ، چولہا ، ماچس ، ڈسٹر ، ڈوئی، چُھری ، سبزی کاٹنے کا تختہ ، چھلنی (پلاسٹک کی)، پلاسٹک کا پیالہ ، ڈونگا ، ڈونگے کا چمچ ، چھوٹی گہری پلیٹ ، ٹرے بعہ ٹرے کور ۔

طریقہ :

1- قیمہ کو چھلنی میں ڈال کر صاف بہتے پانی سے ایک دو بار کھنگال لیں ۔

2- پیاز کا چھلکا اُتار کر لچھے دار کاٹ لیں ۔ دیگچی میں گھی ڈال کر پیاز کو ہلکی آنچ پر بُھونیں یہاں تک کہ اس کا رنگ ہلکا بادامی ہو جائے ۔

3- اس میں قیمہ ڈال کر بُھون لیں ۔

4- اس میں نمک مرچ اور مصالحہ جات ڈال کر تھوڑا سا بُھونیں ۔ ایک پیالی پانی ڈال کر قیمہ کو گلا لیں ۔ جب پانی خشک ہو جائے تو اس میں ٹماٹر ڈال کر اچھی طرح بھون لیں ۔

5- آلو اچھی طرح دھو کر چھیل لیں ۔ اور چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں (Cubes) میں کاٹ لیں ۔

6- تیار شدہ قیمہ میں آلو کے ٹکڑے ڈال کر بھون لیں اور تھوڑا سا پانی ڈال کر ہلکی آنچ پر رکھ دیں۔ جب آلو گل جائیں تو اس کے اوپر سبز مرچیں اور سبز دھنیا باریک کُتر کر چھڑک دیں اور ایک دو منٹ کے لیے دم پر رکھیں ۔ پھر ڈونگے میں نکال لیں۔

7- ٹرے میں سالن کا ڈونگا، ڈونگے کا چمچ اور گہری پلیٹ رکھیں۔ گرم گرم چپاتی اور سلاد کے ہمراہ پیش کریں۔

سوالات

1- گوشت کی غذائیت پر نوٹ لکھیں ۔

2- رنگت کے لحاظ سے گوشت کی اقسام تحریر کریں ۔

3- گوشت پکاتے وقت کن کن باتوں کا خیال رکھنا ضروری ہے ؟

4- قیمہ خریدتے وقت کِن کن باتوں کو مدّنظر رکھنا چاہیے ؟

5- مناسب لفظ لگا کر خالی جگہوں کو پُر کریں ۔

1- گوشت ـــــ آنچ پر پکانا چاہیئے ۔

2- ـــــ گوشت بہتر ہوتا ہے ۔

3- سُرخ گوشت میں ـــــ کا گوشت شامل ہے ۔

4- سفید گوشت سُرخ گوشت کی نسبت ـــــ ہوتا ہے ۔

5- قیمہ میں ـــــ ، نمکیات اور ـــــ وافر مقدار میں پائے جاتے ہیں۔

6- درج ذیل بیانات میں سے صحیح بیان پر نشان ✓ لگائیں

الف۔ سفید گوشت میں بھیڑ ، بکری ، گائے اور بھینس کا گوشت شامل ہے ۔

ب۔ مُرغی کا گوشت گائے کے گوشت کی نسبت کم قوّت بخش ہوتا ہے ۔

ج۔ خرگوش کا گوشت سفید گوشت میں شامل ہے ۔

د۔ سُرخ گوشت سفید گوشت کی نسبت زُود ہضم ہوتا ہے ۔

ر۔ آلو اُبال کر چھیلنے چاہییں ۔



جائزہ

عملی کام ——— سادہ قورمہ

نیچے دیے گئے بیانات میں ہر بیان کے سامنے معیاری نمبر دیے گئے ہیں ۔ طالبہ کے کام کی مناسبت سے متعلقہ خانے میں حاصل کردہ نمبر لگائیں ۔

نمبر شمار	خصوصیات	معیاری نمبر	حاصل کردہ نمبر
1	گوشت اچھی طرح گلا ہوا ہے ۔	5	
2	قورمہ ہدایات کے مطابق تیار کیا گیا ہے ۔	5	
3	نمک ، مرچ اور مصالحوں کا تناسب صحیح ہے ۔	5	
4	قورمہ میں شوربے کا گاڑھاپن صحیح ہے ۔	5	
5	قورمہ خوش ذائقہ اور لذیذ ہے ۔	5	
	کُل نمبر	25	

گریڈ 

دستخط انچارج معلمہ ____________

مورخہ ____________

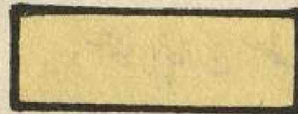
جائزہ

عملی کام ______ آلو قیمہ

نیچے دیے گئے بیانات میں ہر بیان کے سامنے معیاری نمبر دیے گئے ہیں ۔ طالبہ کے کام کی مناسبت سے متعلقہ خانے میں حاصل کردہ نمبر لگائیں ۔

نمبر شمار	خصوصیات	معیاری نمبر	حاصل کردہ نمبر
1	قیمہ گلا ہوا ہے ۔	5	
2	سالن خوش رنگ ہے ۔	5	
3	آلو کے ٹکڑے گلے ہُوئے اور ثابت ہیں ۔	5	
4	سالن خوش ذائقہ ہے ۔	5	
5	نمک مرچ اور مصالحوں کا تناسب صحیح ہے ۔	5	
6	سالن خوشبو دار اور خوشذائقہ ہے ۔	5	
	کُل نمبر	30	

گریڈ



دستخط انچارج معلمہ ______

مورخہ ______

2



سبزی پکانا

سبزیوں کی غذائی اہمیت

سبزیاں تقریباً ہر گھر میں ہر روز کھائی جاتی ہیں یہ ہماری جسمانی نشوونما کے لیے نہایت ضروری ہیں ۔ سبزیاں وٹامن خصوصاً وٹامن سی اور معدنی نمکیات وافر مقدار میں فراہم کرتی ہیں ۔ سبزیاں قبض کشا ہوتی ہیں ۔ اور ہمارے نظامِ ہضم کے لیے بھی ضروری ہیں ۔

سبزیاں مختلف طریقوں سے پکائی جا سکتی ہیں ۔ سبزیوں کو قیمہ یا گوشت کے ساتھ ملا کر پکانے سے اُن کی غذائیت میں مزید اضافہ ہو جاتا ہے ۔

سبزیاں پکانے کے اصُول

سبزیاں پکاتے وقت مندرجہ ذیل اصولوں کو مدِ نظر رکھنا ضروری ہے تاکہ ان میں موجود غذائی اجزا ضائع نہ ہوں۔ مثلاً

1۔ سبزیاں ہمیشہ تازہ استعمال کرنی چاہییں ۔

2- سبزیوں کو استعمال سے پہلے اچھی طرح دھو کر صاف کر لیں ۔ اگر سبزیوں کو دھوتے وقت پوٹاشیم پرمینگنیٹ (لال دوائی) کے ہلکے محلول میں کچھ دیر بھگو کر صاف پانی سے دھو لیا جائے تو ان میں سے ہر قسم کے جراثیم ختم ہو جاتے ہیں ۔

3- سبزیوں کا چھلکا نہایت باریک اُتاریں ۔ کیونکہ موٹا چھلکا اُتارنے سے ان کی غذائیت میں کمی آ جاتی ہے ۔ کریلوں کو چھیلنے کے لیے تیز چُھری سے کُھردری سطح کو کُھرچ لیں اور درمیان میں سے کاٹ کر بیج نکال دیں ۔

4- سبزیوں کے ناقص اور گلے سڑے حصّے علیحدہ کر لیں اور ان کو مناسب سائز کے ٹکڑوں میں کاٹ لیں ۔

5- سبزیوں کو کاٹ کر زیادہ دیر کے لیے پانی میں نہ بھگوئیں ۔ اس طرح وٹامن اور معدنی نمکیات پانی میں حل ہو کر ضائع ہو جاتے ہیں ۔

6- سبزیوں کو پکانے سے کچھ دیر پہلے چھیلیں یا کاٹیں ۔ تاکہ وٹامن اے اور وٹامن سی ضائع نہ ہو ۔ نیز سبزیوں کو ہمیشہ بڑے بڑے ٹکڑوں میں کاٹیں ۔

7- سبزیاں ہمیشہ کم سے کم وقت میں پکائیں بلکہ جونہی سبزی گل جائے ۔ اُس کو اُتار لیں ۔

8- سبز پتوں والی یا تیز خوشبو والی سبزی پکاتے وقت تھوڑی دیر کے لیے ڈھکن کُھلا رکھیں اور اس کے بعد ڈھکن دے دیں ، لیکن دیگر سبزیاں پکاتے وقت ڈھکن ضرور دیں ۔ کیونکہ ہوا کی آمیزش سے وٹامن سی ضائع ہو جاتی ہے ۔

9- سبزیاں پکانے کے لیے پانی استعمال نہ کریں ۔ بلکہ سبزیوں کو اُن کے قدرتی پانی میں ہی پکنے دیں ۔ زیادہ پانی میں پکانے سے نمکیات اور وٹامن ضائع ہو جاتے ہیں ۔

سبزیوں کا سُوپ

اشیا :

گاجر	ایک
شلجم	ایک
گوبھی	60 گرام

ٹماٹر	2 عدد
ادرک	حسبِ منشاء
لہسن	1/2 گرہ
دھنیا	1/2 چائے کا چمچ
گھی	60 گرام
سُرخ مرچ	ایک چائے کا چمچ یا حسبِ منشا
نمک	1/2 چائے کا چمچ یا حسبِ منشا
ہلدی	1/4 چائے کا چمچ
ہرا دھنیا	حسبِ منشاء

ضروری سامان :

دیگچی ۔ چولہا ، ماچس ، ڈسٹر ، کفگیر، چُھری ، سبزی کاٹنے کا تختہ ، پلیٹ، پیالہ ، چھلنی ، ڈونگا ، ڈونگے کا چمچ ، ٹرے بمعہ ٹرے کور

طریقہ :

1- سبزیوں کو اچھی طرح دھو کر مناسب سائز کے ٹکڑوں میں کاٹ لیں ۔

2- پیاز کا چھلکا اُتار کر لچھے دار قاشوں کی صورت میں کاٹ لیں ۔ دیگچی میں گھی ڈال کر پیاز کو ہلکی آنچ پر بُھونیں یہاں تک کہ اس کا رنگ ہلکا بادامی ہو جائے ۔ اس میں لہسن اور دیگر مصالحے ڈال دیں اور پانی کا چھینٹا دیں ۔ جب خوشبو آنے لگے تو سبزیاں ڈال کر تھوڑی دیر بغیر ڈھکن کے پکنے دیں تاکہ سبزیوں کی تیزابی گیس باہر نکل جائے ۔ تھوڑا سا پانی ڈال کر ڈھکن دے دیں اور دھیمی آنچ پر گلنے کے لیے رکھ دیں ۔

3- جب سبزیاں گل جائیں تو سبز دھنیا اور سبز مرچ باریک کُتر کر ڈال دیں اور ایک دو منٹ کے لیے دم پر رکھنے کے بعد چولہے سے اُتار لیں ۔

4- ٹرے میں بھجیا کا ڈونگا ، ڈونگے کا چمچ ، چھوٹی پلیٹ اور چھوٹا چمچ رکھیں ۔ گرم گرم چپاتی کے ہمراہ پیش کریں ۔

سوالات

1- سبزیاں پکاتے وقت کن کن اصُولوں کو مدّ نظر رکھنا چاہیے ؟
2- سبزیوں کا سُوپ تیار کرنے کے لیے کن کِن اشیا کی ضرورت ہوتی ہے ؟
3- درج ذیل بیانات میں سے صحیح بیان پر نشان لگائیں۔

1- سبزیاں زیادہ دیر تک تازہ رہ سکتی ہیں ۔
2- سبزیاں ہماری غذا کا اہم جزو ہیں ۔
3- سبزی کو کاٹ کر دیر تک پانی میں بھگونا چاہیے ۔
4- سبزیوں میں پھلوں کی نسبت زیادہ توانائی پائی جاتی ہے ۔
5- سبزیوں کا موٹا چِھلکا اُتارنے سے غذائیت میں کمی آ جاتی ہے ۔

4- مناسب لفظ لگا کر خالی جگہوں کو پُر کریں ۔

الف ۔ سبزیاں ـــــ وافر مقدار میں فراہم کرتی ہیں ۔
ب ۔ سبزیاں ـــــ ہوتی ہیں ۔
ج ۔ سبزی کو گوشت کے ساتھ ـــــ سے اس کی ـــــ میں اضافہ ہوتا ہے ۔
د ۔ سبزیوں کا ـــــ نہایت باریک اتاریں ۔
ہ ۔ سبزیاں ـــــ سے کچھ دیر پہلے ـــــ یا کاٹیں ۔



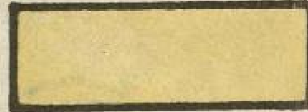
جائزہ

عملی کام ——— سادہ سبزیوں کا سُوپ

نیچے دیے گئے بیانات میں ہر بیان کے سامنے معیاری نمبر دیے گئے ہیں ۔ طالبہ کے کام کی مناسبت سے متعلقہ خانے میں حاصل کردہ نمبر لگائیں ۔

نمبر شمار	خصوصیات	معیاری نمبر	حاصل کردہ نمبر
1	سُوپ نہ پتلا اور نہ ہی گاڑھا ہے ۔	5	
2	سُوپ خوش رنگ ہے ۔	5	
3	سُوپ میں مصالحوں کا تناسب صحیح ہے ۔	5	
4	سُوپ میں سبزی اچھی طرح ملی ہوئی ہے ۔	5	
5	سُوپ سلیقے سے پیش کیا گیا ہے ۔	5	
6	سُوپ میں ایک خاص قسم کی خوشبو ہے ۔	5	
	کُل نمبر	30	

گریڈ



دستخط انچارج معلمہ ———

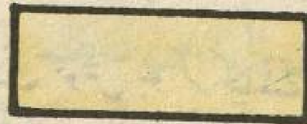
مورخہ ———

جائزہ

عملی کام ——— مِلی جُلی سبزیوں کی بھجیا

نیچے دیے گئے بیانات میں ہر بیان کے سامنے معیاری نمبر دیے گئے ہیں ۔ طالبہ کے کام کی مناسبت سے متعلقہ خانے میں حاصل کردہ نمبر لگائیں ۔

نمبر شمار	خصوصیات	معیاری نمبر	حاصل کردہ نمبر
1	بھجیا میں مصالحہ جات کا تناسب صحیح ہے ۔	5	
2	بُھجیا خوش رنگ ہے ۔	5	
3	بُھجیا خوش ذائقہ اور خوشبُودار ہے ۔	5	
4	تمام سبزیاں گلی ہُوئی ہیں ۔	5	
5	بُھجیا میں شامل سبزیوں کی شکل قائم ہے ۔	5	
6	بھجیا سلیقے سے پیش کی گئی ہے ۔	5	
	کُل نمبر	30	

گریڈ 

دستخط انچارج معلمہ ————

مورخہ ————

3



اَناج اور دالیں پکانا

اَناج اور دالوں کی غذائی اہمیت :

اَناج سے مُراد وہ خوراک ہے ۔ جو سالم دانوں کی صورت میں یا پیس کر آٹے کی صورت میں استعمال میں لائی جاتی ہے ۔ مثلاً گندم ، مکئی ، جوار ، باجرہ ، چاول اور دالیں وغیرہ ۔ گندم میں آئرن ، کیلشیم ، پروٹین ، کاربوہائیڈریٹ اور وٹامن بی وافر مقدار میں پائے جاتے ہیں ۔

چاول میں کیلشیم اور فاسفورس کے علاوہ کاربوہائیڈریٹ بھی وافر مقدار میں پائے جاتے ہیں ۔ کیلشیم اور فاسفورس ہڈیوں اور دانتوں کی نشوونما کے لیے ضروری ہیں ۔

اُبلے ہوئے چاول دُودھ کے ساتھ بچے بہت خوش ہو کر کھاتے ہیں ۔ اس کے علاوہ دال چاول بھی ہر ایک کی مرغُوب غذا ہیں۔ چاول سے پلاؤ اور زردہ بھی پکایا جاتا ہے ۔ جو غذائیت سے بھرپُور ہوتا ہے ۔

دالوں میں کاربوہائیڈریٹ اور پروٹین وافر مقدار میں موجود ہوتے ہیں ۔ دالیں جسم کو حرارے فراہم کر کے قوت بخشتی ہیں ۔ حراروں کی کمی کی صورت میں کام کرنے کی صلاحیت میں کمی آ جاتی ہے اور وزن بھی کم ہونا شروع ہو جاتا ہے ۔ اگر دالوں کو چاول اور گیہوں کے ساتھ استعمال کیا جائے تو غذائیت کے لحاظ سے یہ گوشت کے برابر ہو جاتی ہیں ۔ دالوں کو پکائے بغیر ہضم کرنا بہت مشکل ہوتا ہے ۔ نیز ان کو زُود ہضم بنانے کے لیے پانی میں ایک سے ڈیڑھ گھنٹہ تک بھگونا بھی بہت ضروری ہے ۔

اُبلے ہوئے چاول

اشیا :

چاول	ایک پیالی
پانی	2 پیالی
نمک	1/4 چائے کا چمچ یا حسبِ منشا

ضروری سامان

دیگچی ، چولہا ، ماچس ، ڈسٹر، پلاسٹک کا پیالہ ، کفگیر ، چائے کی پیالی، پلیٹ بڑی ، چاول کے لیے ڈش ، ڈش کا چمچ ، کھانے کا چمچ ، ٹرے بعہ ٹرے کور

طریقہ :

1- چاول اچھی طرح چُن لیں ۔
2- اس کے بعد تین چار مرتبہ کُھلے پانی سے دھو کر اندازاً آدھ گھنٹہ کے لیے بھگو دیں ۔
3- کُھلے منہ کی دیگچی میں پانی اُبالیں ۔ جب پانی اُبلنے لگے تو اِس میں بھیگے ہوئے چاول ڈال دیں اور درمیانی آنچ پر پکائیں ۔ تھوڑا سا نمک بھی ڈال دیں ۔
4- جب چاول گل جائیں اور پانی خشک ہو جائے تو چولہے سے اُتار لیں اور ڈش میں ڈال دیں۔
5- ٹرے میں چاول کی ڈش ۔ ڈش کا چمچ ۔ پلیٹ اور بڑا چمچ رکھیں اور دال کے ہمراہ پیش کریں ۔

احتیاطیں :

چاول اُبالتے وقت مندرجہ ذیل باتوں کا خیال رکھنا ضروری ہے ۔

1- چاول بہت زیادہ مَل مَل کر دھونے سے اس میں حل پذیر وٹامن بی ضائع ہو جاتے ہیں ۔ اس لیے چاول پانی سے دو تین بار نتھار لیں ۔

2- چاول جس پانی میں بھگوئے جائیں ۔ اسی میں ان کو پکائیں ۔

3- چاول پکانے کے لیے اتنا پانی ہی ڈالنا چاہیے جس میں چاول پک جائیں اور زائد پانی نچوڑنا نہ پڑے کیونکہ پانی میں موجود وٹامن پانی میں آسانی سے حل ہو جاتے ہیں اور زائد پانی نچوڑ دینے سے ان کی غذائیت بھی ضائع ہو جاتی ہے ۔

دال

دال مختلف طریقوں سے پکائی جاتی ہے ۔ زال منفرد طور پر بھی پکائی جا سکتی ہے ۔ اور کسی سبزی یا گوشت میں ڈال کر بھی، دال پکانے کے مختلف طریقوں میں پانی کی مقدار کم یا زیادہ بھی کی جا سکتی ہے۔ مثال کے طور پر مونگ اور مسور کی دال پتلی پکائی جاتی ہے جبکہ چنے، ماش وغیرہ کی دال کو مصالحہ بُھون کر خُشک بھی پکایا جا سکتا ہے۔

مسُور کی دال

اشیا

دال مسور	1/4 کلو گرام یا ایک پیالی
گھی	2 بڑے چمچ
سُرخ مرچ	1/2 چائے کا چمچ
دھنیا خشک	1/2 چائے کا چمچ
ہلدی	1/4 چائے کا چمچ
نمک	1/4 چائے کا چمچ یا حسبِ منشا

پانی	$1\frac{1}{2}$ پیالی
پیاز (چھوٹا)	ایک
لہسن	1/2 گرہ
ادرک (پِسا ہوا)	1/2 چائے کا چمچہ
ہری مرچ	حسبِ منشا
ہرا دھنیا	حسبِ منشا
سفید زیرہ	1/4 چائے کا چمچ

ضروری سامان

دیگچی ، چولہا، ماچس ، ڈسٹر، ڈوئی ، چُھری ، پلاسٹک کا پیالہ ، چھوٹی گہری پلیٹ ، چھوٹا چمچ ، ڈونگا ، ڈونگے کا چمچ ، ٹرے بمعہ ٹرے کور

طریقہ

1- دال کو چُن کر صاف کر لیں ۔ اور تین چار مرتبہ کُھلے پانی سے دھو کر بھگو دیں ۔
2- بھگوئی ہوئی دال کو دیگچی میں ڈال دیں ۔ اس میں نمک ، مرچ اور دیگر مصالحہ جات بھی ڈال دیں ۔
3- تقریباً ڈیڑھ پیالی پانی ڈال کر ہلکی آنچ پر پکنے کے لیے رکھ دیں ۔
4- مسور کی دال جلد ہی گل جاتی ہے ۔ اس لیے جب دال پکنے لگے تو اس پر ہری مرچ اور ہرا دھنیا کُتر کر ڈال دیں اور چُولہے سے اُتار لیں ۔
5- دال کو ڈونگے میں نکال لیں ۔ اور اس پر لہسن اور سفید زیرے کا بگھار لگا لیں ۔
6- ٹرے میں دال کا ڈونگا، ڈونگے کا چمچ ، پلیٹ اور چمچ رکھیں اور اُبلے ہوئے چاول کے ساتھ پیش کریں۔

سوالات

1- اناج اور دالوں کی غذائی اہمیّت بیان کریں ۔

2- چاول اُبالتے وقت کن کن باتوں کا خیال رکھنا ضروری ہے ؟

3- درج ذیل بیانات میں سے صحیح بیان پر نشان ✓ لگائیں ۔

الف ۔ اُبلے ہوئے چاولوں کا زائد پانی پھینکنا نہیں چاہیے ۔

ب ۔ جس پانی میں چاول بھگوئے جائیں ۔ اُسی پانی کو پکانے کے لیے استعمال کرنا چاہیے ۔

ج ۔ دالوں میں کاربوہائیڈریٹ اور پروٹین کافی مقدار میں پائے جاتے ہیں ۔

د ۔ دالوں کو پکائے بغیر ہضم کرنا آسان ہوتا ہے ۔

ہ ۔ دال چاول ہر ایک کی مرغوب غذا ہیں۔

4- مناسب لفظ لگا کر خالی جگہوں کو پُر کریں ۔

الف ۔ چاول چُن کر دھونے کے بعد ــــــ گھنٹے کے لیے بھگونے چاہییں ۔

ب ۔ چاول کی ــــــ ضائع نہیں کرنی چاہیے ۔

ج ۔ دالوں میں کاربوہائیڈریٹ کے علاوہ کافی مقدار میں ــــــ پائی جاتی ہے ۔

د ۔ دالیں جسم کو ــــــ فراہم کرتی ہیں ۔

ہ۔ دالوں کو ــــــ بنانے کے لیے پانی میں ایک سے ڈیڑھ گھنٹہ تک بھگونا ضروری ہے ۔



جائزہ

عملی کام ——— اُبلے ہوئے چاول

نیچے دیے گئے بیانات میں ہر بیان کے سامنے معیاری نمبر دیے گئے ہیں ۔ طالبہ کے کام کی مناسبت سے متعلقہ خانے میں حاصل کردہ نمبر لگائیں ۔

نمبر شمار	خصوصیات	معیاری نمبر	حاصل کردہ نمبر
1	چاول اچھی طرح صاف کر کے بھگوئے گئے ہیں ۔	5	
2	چاول اچھی طرح گلے ہوئے ہیں ۔	5	
3	چاول کِھلے ہوئے اور علیحدہ علیحدہ ہیں ۔	5	
4	چاولوں کا رنگ سفید ہے ۔	5	
5	چاولوں کی خوشبو برقرار ہے ۔	5	
6	چاولوں کو قرینے اور سلیقے سے پیش کیا گیا ہے ۔	5	
	کُل نمبر	30	

گریڈ

دستخط انچارج معلمہ ————————

مورخہ ————————

جائزہ

عملی کام ـــــــــ مسور کی دال

نیچے دیے گئے بیانات میں ہر بیان کے سامنے معیاری نمبر دیے گئے ہیں ۔ طالبہ کے کام کی مناسبت سے متعلقہ خانے میں حاصل کردہ نمبر لگائیں ۔

نمبر شمار	خصوصیات	معیاری نمبر	حاصل کردہ نمبر
1	دال اچھی طرح صاف کر کے بھگوئی گئی ہے ۔	5	
2	دال اچھی طرح گلی ہوئی ہے ۔	5	
3	دال اور پانی علیحدہ علیحدہ نہیں ۔	5	
4	دال خوش رنگ و خوشبو دار ہے ۔	5	
5	مصالحوں کا تناسب صحیح ہے ۔	5	
6	قرینے اور سلیقے سے پیش کی گئی ہے ۔	5	
	کُل نمبر	30	

گریڈ 

دستخط انچارج معلمہ ـــــــــ

مورخہ ـــــــــ

4



موسمی سبزیاں اُگانا

گھر میں سبزیاں اُگانے کے فوائد

گھروں میں باغیچے کا وجود اچھی اور بہترین صحت کا ضامن ہے ۔ خصوصاً اگر گھر میں سبزیاں اُگائی جائیں تو اس سے ذہنی تسکین اور خوشی حاصل ہوتی ہے ۔ نیز تازہ سبزی بھی میسّر آتی ہے ۔ جو غذائیت سے بھرپُور ہوتی ہے اور بازار سے سَستی پڑتی ہے ۔ بازار کی سبزیاں صاف ستھری بھی نہیں ہوتیں اور ان کو کھانے میں اتنا لُطف بھی نہیں آتا ۔ جو کہ گھر کی سبزی میں آتا ہے ۔ کیونکہ گھر میں تازہ سبزی میسر آ جاتی ہے ۔ جب کہ بازار میں سبزیاں کئی کئی دن تک پڑی رہنے کی وجہ سے اپنی تازگی ، خوشبو اور نمکیات کھو دیتی ہیں ۔

سبزیاں اُگانے کے لیے مناسب جگہ کا انتخاب

سبزیاں اُگانے کے لیے ایسی جگہ کا انتخاب کرنا چاہیے ۔ جہاں درختوں کا سایہ نہ پڑے ۔ لیکن سُورج کی روشنی وہاں تک پہنچ سکے ۔ اس کے علاوہ زمین زرخیز ہونی چاہیے ۔ کیونکہ نرم اور چکنی مٹی میں سبزیاں زیادہ پیدا ہوتی ہیں ۔

اگر گھر میں کچّی زمین کافی ہو تو اس جگہ ہر قسم کی سبزیاں لگائی جا سکتی ہیں ۔ لیکن اگر گھر میں زمین کا کوئی فالتو حصہ سبزیاں لگانے کے لیے نہ ہو تو ایسی صورت میں آپ گھی کے ڈبوں ، لکڑی کی پیٹیوں ، مٹی کی کُھلی ہانڈی یا گملوں وغیرہ میں بیل والی سبزیاں مثلاً کدّو ، توری ، کریلے اور ٹماٹر وغیرہ لگا کر کسی دیوار کے قریب رکھ دیں اس طرح بیلیں دیوار پر چڑھ جائیں گی اور جگہ کی بچت ہوگی۔ اس کے علاوہ کھجور کے پتوں کی چٹائی نیچے بچھا کر اور اس پر مٹی ڈال کر دھنیا، میتھی ، پودینہ ، پالک وغیرہ لگائیں۔ یوں تھوڑی سی کوشش اور محنت سے آپ غذائیت سے بھرپور سبزیوں کا لُطف اُٹھا سکیں گی۔

سبزیاں اُگانے کے لیے باغبانی کے اوزاروں کا انتخاب

سبزیاں اُگانے کے لیے باغبانی کے چند اوزاروں کا گھر میں موجود ہونا ضروری ہے ۔ یہ اوزار درج ذیل ہیں ۔



1- رنبہ

یہ مٹی کے ڈھیلوں کو توڑ کر مٹی برابر کرنے کے کام آتا ہے ۔

2- پھاوڑا

سخت زمین کو کھود کر نرم کرنے اور کیاریاں بنانے کے لیے ڈھیریاں لگانے کے کام آتا ہے ۔

3- کُھرپہ

یہ کیاریوں کی مٹی کو نرم کرنے یا گوڈی کرنے کے کام آتا ہے ۔

4- فوارہ اور پائپ

فوارہ پودوں کو پانی دینے کے لیے استعمال ہوتا ہے ۔ اِس سے پودوں پر چھڑکاؤ کیا جاتا ہے ۔
ربڑ کی پائپ پانی دینے کے لیے استعمال ہوتی ہے ۔

سبزیاں اُگانے کے اصُول

سبزیاں اُگانے کے لیے مندرجہ ذیل اصُول مدّ نظر رکھنے ضروری ہیں ۔

i- زمین کی تیاری

زمین کو پھاوڑے سے کھود کر نرم کر لیں ۔ اندازاً 5 سینٹی میٹر تک کھدائی کر لیں ۔ اس میں سے سخت پتھر ، گھاس وغیرہ نکال کر اس میں کھاد ڈال دیں ۔ اور کُھرپے کی مدد سے خُوب اُلٹ پُلٹ کریں ۔ اس سے زمین زرخیز ہو جائے گی ۔

پودوں کی صحیح نشوونما کے لیے ضروری ہے کہ اسے کھاد صحیح قسم کی ملے ۔ سبزیاں اُگانے سے کافی عرصہ پہلے زمین میں کھاد ملا کر زمین کو تیار کر لینا چاہیے ۔

ii- کیاریاں بنانا

جب زمین تیار ہو جائے تو اس میں کیاریاں بنا لیں اور ہر کیاری میں مختلف سبزیاں لگائیں ۔

iii- بیج بونا

اب کیاریوں میں بیج بوئیں ۔ بیج بوتے وقت اِس بات کا خیال رکھیں کہ بیج اچھی دوکان سے

خریدا جائے ۔ اچھے بیج کی پہچان یہ ہے کہ

1- بیج موٹا ہو اس کا چھلکا سکڑا ہُوا نہ ہو ۔

2- بیج پرانا نہ ہو اور اس میں کیڑا نہ لگا ہو ۔

3- بیج چمکیلے رنگ کا ہو اور یہ وزن میں ہلکا ہو ۔

بیجوں کو کیاری میں بکھیرنا نہیں چاہیے بلکہ قطار میں بونا چاہیے ۔ بیج بونے کا صحیح طریقہ یہ ہے کہ زمین کو تھوڑا سا کھود کر اس میں بیج کو اچھی طرح دبائیں تاکہ پرندے اسے کھا نہ سکیں ۔ بیج فاصلے پر اور دُور دُور بونے سے پودے خوب پھلتے پھولتے ہیں ۔ کیونکہ ان کی گڈائی بھی آسان ہوتی ہے ۔ بیج بوتے وقت زمین پانی سے زیادہ تر نہ کریں ۔ بیج بونے کے بعد ہر تیسرے یا چوتھے دن کیاری پر پانی کا ہلکا چھینٹا دے لیں تاکہ زمین خشک نہ ہو جائے ۔

iv- پنیری لگانا

بعض دفعہ بیج کی بجائے پودوں کی پنیری لگائی جاتی ہے ۔ اس میں تمام بیج ایک گملے یا چھوٹی جگہ میں بوئے جاتے ہیں ۔ اور جب پودے ذرا بڑے ہو جائیں تو اُنھیں وہاں سے اُکھیڑ کر دوسری جگہ لگایا جاتا ہے ۔ اِس کو پنیری لگانا کہتے ہیں ۔ پنیری اکھیڑتے وقت احتیاط برتنی چاہیے ۔ کہ پودے کو ہوا نہ لگے ۔ اس کے لیے پودے کو کچھ مٹی کے ساتھ اُکھاڑنا چاہیے اور فوراً دوسری جگہ بو دینا چاہیے ۔

v- پودوں کی حفاظت

پودوں کو اچھی طرح اُگنے میں مدد دینے کے لیے مندرجہ ذیل تدابیر اختیار کرنی چاہییں ۔

1- پودوں کو سخت سردی ، سخت دھوپ اور لُو سے بچانا ضروری ہے ۔ اِس کے لیے پودوں کو سرکنڈوں سے ڈھانپ دیں ۔

2- پودوں کو کیڑے مکوڑوں سے محفوظ رکھیں ۔

3- کُتے ، بلیاں ، خرگوش اور مُرغیاں وغیرہ سبزیاں خراب کر دیتے ہیں ۔ ان سے بچاؤ کے لیے پودوں کی کیاری کے گرد جالی یا کانٹے دار جھاڑیاں لگا دیں ۔

4- زمین میں لکڑیاں گاڑ کر ان پر ٹین کے فالتو ڈبّے لٹکا دیں ۔ اِس طرح سبزیاں پرندوں سے محفوظ ہو جائیں گی ۔

5- سبزیوں کو صبح اور شام کے وقت پانی دیں ۔
6- پودوں کی صحیح نشوونما کے لیے ان کی گڈائی مناسب وقت پر کرتی رہیں ۔ اگر کسی پودے کو کوئی بیماری لگ جائے تو اس کو فوراً دوسرے پودوں سے الگ کر دیں ۔

vi- پودوں کا مشاہدہ

کسی کاپی پر بیج بونے کی تاریخ اور وقت نوٹ کر لیں اور روزانہ یا دو چار روز کے بعد پودوں کا مشاہدہ کر کے اس میں نوٹ کرتی رہیں ۔

مختلف سبزیوں کو لگانے کا صحیح طریقہ اور وقت

مختلف سبزیوں کو لگانے کے لیے صحیح طریقہ اور وقت کا اندازہ رکھنے کے لیے آپ اس خاکے کو باورچی خانے کے ایک کونے میں لگا دیں ۔ تو یہ آپ کے لیے کافی مددگار ثابت ہو گا ۔

سبزی	لگانے کا صحیح وقت اور طریقہ
پیاز	1- اکتوبر کے وسط میں بویا جاتا ہے ۔ 2- گرمی کا موسم آنے پر زیادہ پانی دینے کی ضرورت ہوتی ہے ۔
شلجم	1- ستمبر ، اکتوبر میں بوئے جاتے ہیں ۔ 2- کھاد والی زمین میں تین تین ڈیسی میٹر کے فاصلے پر لگائیں ۔ 3- زیادہ پانی کی ضرورت ہوتی ہے ۔
ٹماٹر	1- جولائی میں بوئے جاتے ہیں ۔ 2- پودوں میں $1\frac{1}{2}$ ڈیسی میٹر کا فاصلہ رکھیں ۔ 3- ٹماٹر نکل آنے پر رسی یا لکڑی سے سہارا دیں ۔ تاکہ ٹماٹر خراب نہ ہوں۔

سبزی	لگانے کا صحیح وقت اور طریقہ
چقندر	1- ستمبر کے مہینے میں بوئیں ۔ 2- پودوں میں 2.5 سینٹی میٹر فاصلہ رکھیں ۔ 3- اِنھیں زیادہ پانی کی ضرورت ہوتی ہے ۔ نیز پرندوں اور مُرغیوں سے بچانا ضروری ہے۔
مرچیں	1- مئی کے مہینے میں بوئیں ۔ 2- پنیری 3-6 ڈیسی میٹر کے فاصلے پر لگائیں ۔ 3- زمین برابر گوڈتی رہیں ۔ اور پندرہ دن میں ایک بار پانی دیں ۔ 4- کیڑوں سے بچاؤ کے لیے گندھک کا چھڑکاؤ کریں ۔
دھنیا	1- اس کے بیج ماہ اکتوبر میں بوئیں ۔ 2- ہر چوتھے دن پانی دیں ۔ لیکن گرمیوں میں ہر روز پانی دیں ۔
مولی ، گاجر	1- یہ اگست سے نومبر تک بوئیں ۔ 2- اس کے پودے تین سے چھ ڈیسی میٹر کے فاصلے پر لگائیں ۔ 3- اس کو بھی زیادہ پانی دیں ۔
پودینہ	1- اپریل کے مہینے میں بوئیں ۔ 2- اس کی جڑیں کافی زمین کھود کر لگائیں ۔ 3- سردیوں میں پانی کم دیں ۔ لیکن گرمیوں میں ہر روز پانی دیں ۔
پالک	1- اکتوبر میں بارشوں کے اختتام پر بوئیں ۔ 2- اس کے بیج 8 سینٹی میٹر کی گہرائی اور 2.5 سینٹی میٹر کے فاصلے پر لگائیں۔












ان کے علاوہ گوبھی ، بینگن ، کدو اور دوسری سبزیاں بھی گھر میں لگائی جا سکتی ہیں ۔ کیونکہ ان پر زیادہ محنت نہیں کرنی پڑتی ۔ اس کے علاوہ سبزیوں کی کاشت کاری کے متعلق کتب سے بھی رہنمائی حاصل کی جا سکتی ہے ۔

سوالات

1- گھر میں سبزیاں اُگانے کے کیا فوائد ہیں؟

2- سبزیاں اُگانے کے لیے کِن کن اصُولوں کو مدِ نظر رکھنا چاہیے؟

3- پودوں کی حفاظت کے لیے کن تدابیر پر عمل کرنا ضروری ہے؟

4- درج ذیل بیانات میں سے صحیح بیان پر نشان ✔ لگائیں ۔

الف ۔ سبزیاں اُگانے کے لیے زمین زرخیز ہونی چاہیے ۔

ب ۔ گھر کی سبزیاں تازہ نہیں ہوتیں ۔

ج ۔ سبزیوں کی صحیح نشوونما کے لیے کھاد ضروری نہیں ۔

د ۔ بیجوں کو کیاری میں بکھیرنا نہیں چاہیے ۔

ہ ۔ پودوں کو کیڑے مکوڑوں سے بچانا ضروری نہیں ۔

5- مناسب لفظ لگا کر خالی جگہوں کو پُر کریں ۔

الف ۔ گھر میں باغیچے کا وجود ـــــ اور ـــــ کا ضامن ہے ۔

ب ۔ سبزیاں لگانے کے لئے زمین ـــــ ہونی چاہیے ۔

ج ۔ ـــــ مٹی کے ڈھیلوں کو توڑ کر مٹی برابر کرنے کے کام آتا ہے ۔

د ۔ بیج ـــــ ہو اور اس کا ـــــ سکڑا ہوا نہ ہو ۔

ہ ۔ بیج بوتے وقت زمین ـــــ سے زیادہ تر نہ کریں ۔

جائزہ

عملی کام ———— موسمی سبزیاں اُگانا

نیچے دیے گئے بیانات میں ہر بیان کے سامنے معیاری نمبر دیے گئے ہیں ۔ طالبہ کے کام کی مناسبت سے متعلقہ خانے میں حاصل کردہ نمبر لگائیں ۔

نمبر شمار	خصوصیات	معیاری نمبر	حاصل کردہ نمبر
1	زمین اچھی طرح سے تیار کی گئی ہے ۔	5	
2	زمین نرم کر کے پتھر اور گھاس پھونس نکالی گئی ہے ۔	5	
3	بیج صحت مند اور ملاوٹ سے پاک استعمال کیے گئے ہیں	5	
4	بیج وقت پر بوئے گئے ہیں ۔	5	
5	کیاریوں کے درمیان فاصلہ مناسب ہے ۔	5	
6	پانی دینے کے اوقات درست ہیں ۔	5	
	کُل نمبر	30	

گریڈ 

دستخط انچارج معلمہ ————

مورخہ ————

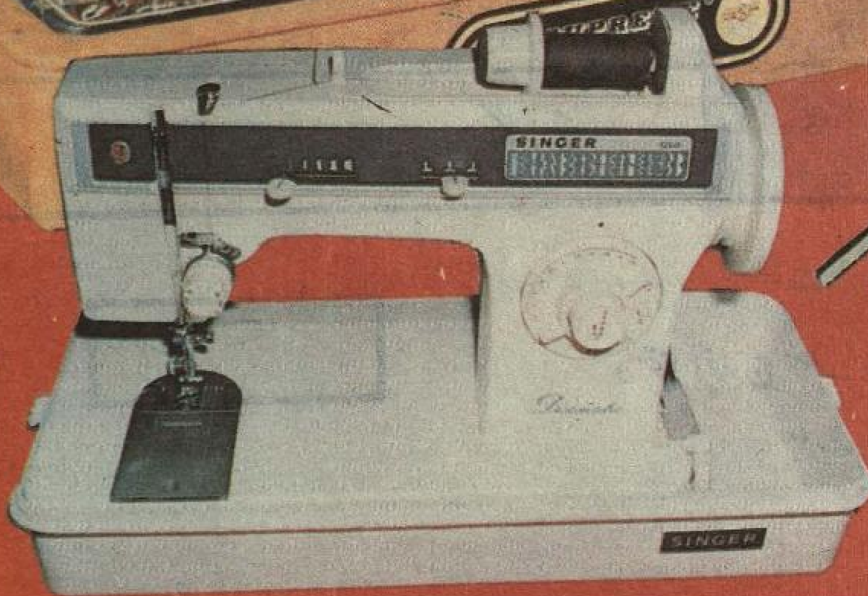
سلائی













1



سلائی مشین کا استعمال

کپڑوں کی سلائی ایک ایسا ہُنر ہے جس کے لیے محنت ، کوشش اور مہارت کی ضرورت ہوتی ہے ۔ لڑکیوں میں سلائی کرنے کا شوق ابتدائی عُمر سے ہی پیدا ہونا شروع ہو جاتا ہے اور وہ اپنی امیّ ، بڑی بہن کی دیکھا دیکھی چھوٹے موٹے کپڑے کاٹنے اور سینے لگتی ہیں ۔ سلائی کے شوق کو مزید فوقیت دینے کے لیے ضروری ہے کہ انھیں ابتدا سے ہی مشین سے سلائی کرنے کے بُنیادی اُصولوں سے واقفیت کروائی جائے ۔ مثال کے طور پر لباس کی سلائی کے لیے مشین استعمال کی جاتی ہے ۔ اور اس کے لیے سلائی کرنے کے طریقوں پر مہارت حاصل کرنا ضروری ہے ۔ موجودہ دَور میں سلائی مشین تقریباً ہر گھر میں موجود ہوتی ہے ۔ کیونکہ لباس کی معمولی مرمّت سے لے کر اس کی تکمیل تک کے لیے مشین استعمال کی جاتی ہے ۔ بلکہ یوں کہا جا سکتا ہے ۔ کہ آج کل کے مشینی دَور میں یہ ہر گھر میں بُنیادی اہمیّت کی حامل ہے ۔

سلائی مشین کی اقسام

سلائی مشین کی مُختلف اقسام ہیں ۔ پاکستان کی تیار کردہ سلائی مشینیں مختلف اقسام میں معقول قیمت پر دستیاب ہو جاتی ہیں ۔ نیز قسطوں پر بھی حاصل کی جا سکتی ہیں ۔ یہ مشینیں مضبوط اور پائیدار ہوتی ہیں ۔ اور ان سے سلائی کرنے میں کوئی دقت بھی پیش نہیں آتی ۔

1- ہاتھ سے چلنے والی مشین

یہ مشین ہاتھ سے چلائی جاتی ہے ۔ اور اس کے ساتھ ہتھّی لگی ہوتی ہے ۔ اِس ہتھی کو اُتروا کر اِسی مشین پر بجلی کی موٹر بھی لگوائی جا سکتی ہے ۔

ہاتھ سے چلنے والی مشین کا فائدہ یہ ہے کہ یہ ایک جگہ سے دوسری جگہ بآسانی اُٹھا کر لے جائی جا سکتی ہے ۔

2- پاؤں سے چلنے والی مشین

یہ مشین ایک خاص سٹینڈ پر لگی ہوتی ہے ۔اور پائیدان پر پاؤں آگے پیچھے کرنے سے چلتی ہے ۔ عموماً اس مشین سے مشینی کڑھائی کی جاتی ہے ۔ اس کے علاوہ اس کو بجلی کی موٹر لگوانے سے عام سلائی کے لیے بھی استعمال کیا جا سکتا ہے ۔

3- بجلی سے چلنے والی مشین

یہ مشین بجلی سے چلتی ہے ۔اس میں سادہ مشین کے ساتھ بجلی کی موٹر لگی ہوتی ہے ۔ بجلی کی موٹر کا ایک تار پلگ کے ساتھ اور دوسرا سپیڈ کنٹرولر (Speed Controller) کے ساتھ لگا ہوتا ہے ۔ مشین چلانے کے لیے سپیڈ کنٹرولر کے پیڈل پر دباؤ ڈالا جاتا ہے ۔جس سے مشین چلنے لگتی ہے ۔ پیڈل پر دباؤ جتنا زیادہ ڈالا جائے مشین اسی رفتار سے زیادہ تیز چلنے لگتی ہے ۔

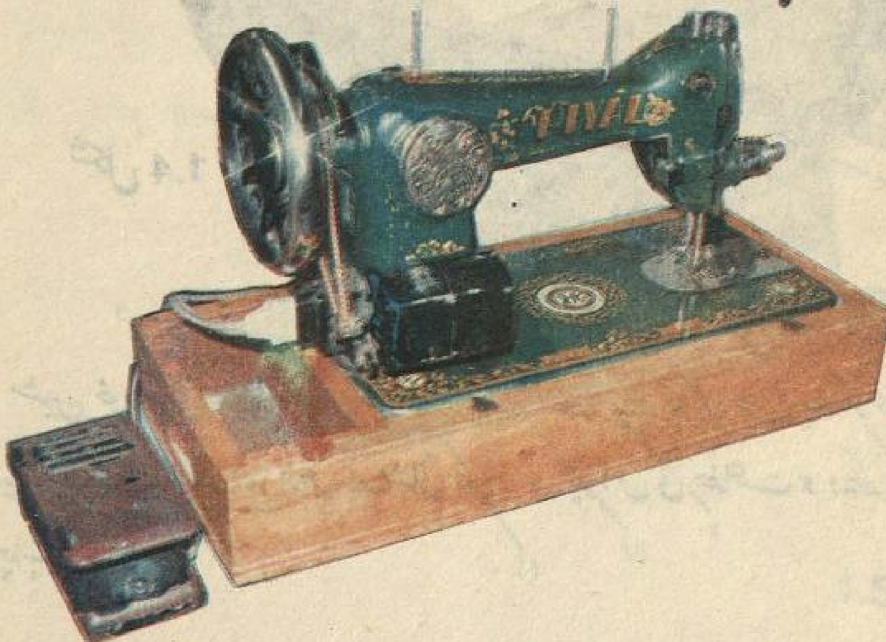
اس مشین کا استعمال آج کل بہت عام ہے ۔ کیونکہ اس سے کام آسانی سے اور جلد ہو جاتا ہے ۔نیز جسمانی قوت کی بچت بھی ہوتی ہے ۔



شکل 1.1



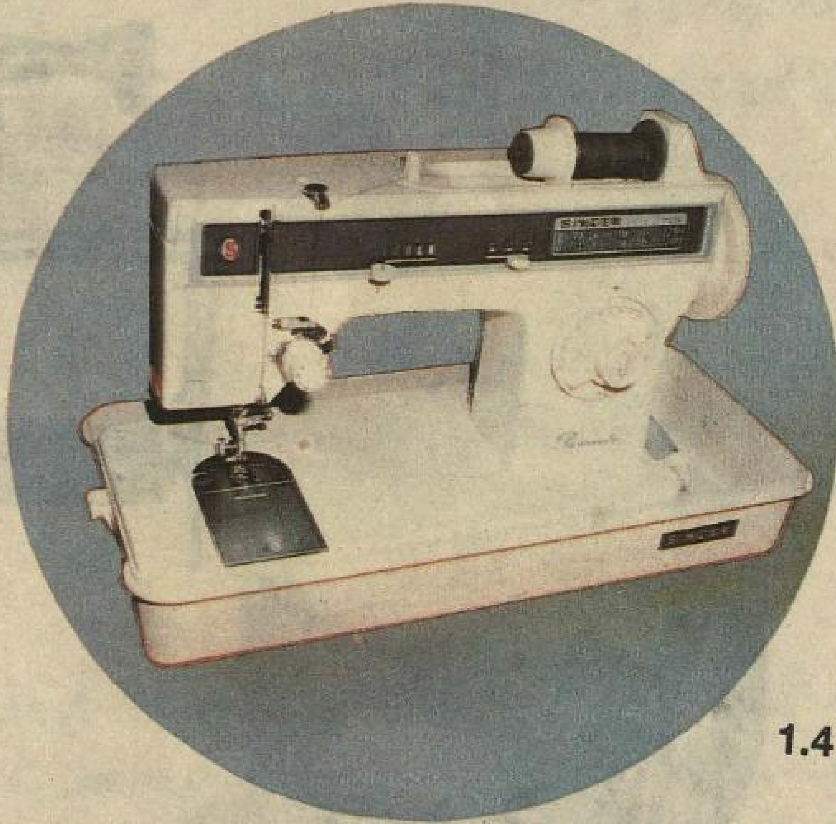
شکل 1.2



شکل 1.3

4- کمپیوٹر سے چلنے والی مشین

یہ جدید ترین مشین ہے ۔ جس سے سادہ سلائی کے علاوہ مختلف ڈیزائن بھی بنائے جا سکتے ہیں ۔ اس مشین کے ساتھ ڈیزائن بنانے کے لیے مختلف ڈسک بھی ملتے ہیں ۔ جو مُختلف ڈیزائن بنانے کے لیے استعمال ہوتے ہیں ۔ اِس مشین سے وقت اور قوت کی بچت ہوتی ہے ۔ نیز مختلف ڈیزائن بآسانی تیار ہو جاتے ہیں ۔ یہ مشین بھی بجلی کی موٹر کے ذریعے چلتی ہے ۔ لیکن دوسری مشینوں کے مقابلے میں کافی مہنگی ہے ۔



شکل 1.4

مشین خواہ کوئی بھی ہو ۔ اس کو خریدنے سے پہلے اچھی طرح چلا کر اور اس کی کارکردگی سمجھ کر ہی خریدنا چاہیے ۔ تاکہ بعد ازاں پریشانی نہ ہو ۔ نیز اس کی حفاظت و دیکھ بھال کی طرف خصوصی توجہ دینی چاہیے ۔

سلائی مشین کے اہم پُرزے اور اُن کے کام

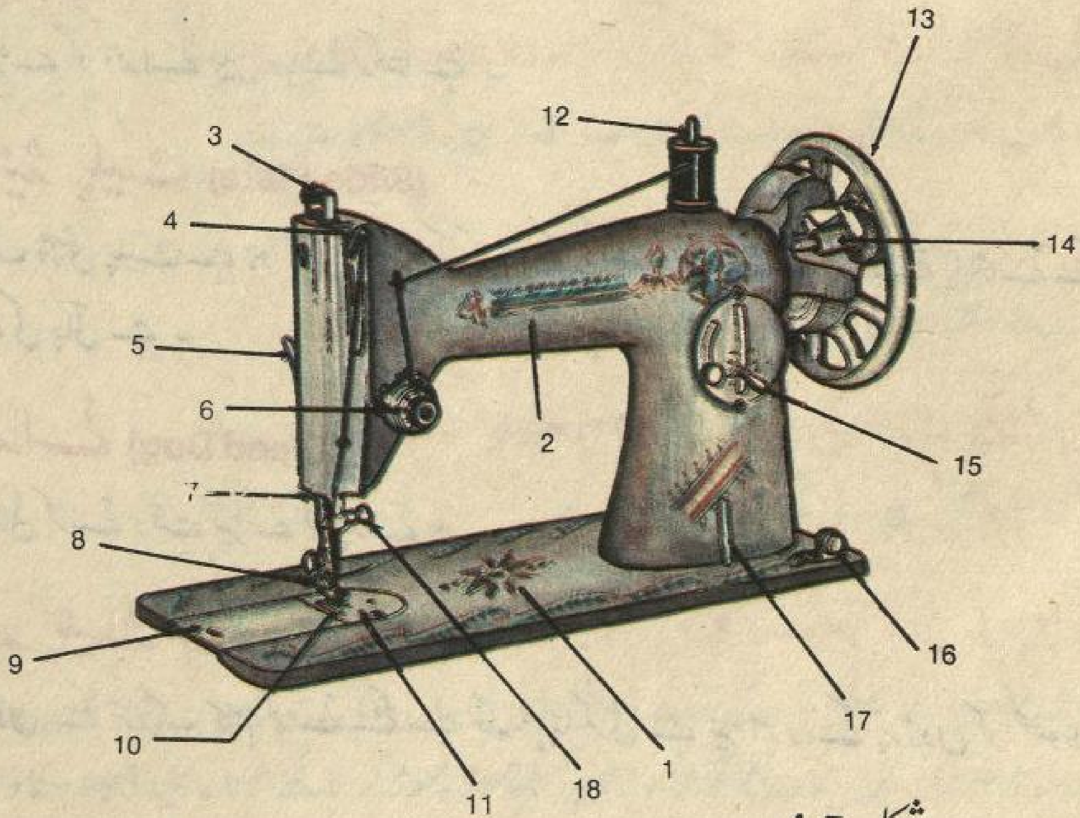
مشین کو مہارت سے استعمال کرنے کے لیے ہمیں اس کے اہم پُرزوں اور اُن کے کام کے بارے میں مکمل واقفیت ہونی چاہیے ۔ تاکہ مشین میں پیدا ہونے والی خرابیوں کے بارے میں جاننے میں دِقّت و پریشانی نہ ہو ۔ سلائی مشین مختلف پُرزوں پر مشتمل ہوتی ہے ۔ اور یہ پُرزے درج ذیل کام سرانجام دیتے ہیں ۔

1- بیڈ (Bed)

یہ مشین کا نچلا ہموار سطح والا حصّہ ہے ۔ جس کے نیچے تمام پُرزے ہوتے ہیں ۔

2- بازو (Arm)

یہ مشین کے سامنے والا حصّہ ہے ۔ جہاں سے دھاگا شروع کر کے سُوئی میں لاتے ہیں ۔ اگر پھرکی میں کچھ پھنس جائے یا نچلے حصے کی صفائی کرنی ہو تو اس حصے سے مشین کو اُٹھایا جاتا ہے ۔



شکل 1.5

3- دباؤ کا پیچ (Presser Bar)

کپڑے پر مشین کے پیر کے دباؤ کو زیادہ یا کم کرنے میں مدد دیتا ہے ۔

4- دھاگے کا لیور (Thread Lever)

یہ سُوئی میں دھاگے کی روانی کا ذمہ دار ہوتا ہے ۔

5- پیر اُٹھانے والا پُرزہ (Presser Bar Lifter)

مشین کی پُشت پر نصب یہ پُرزہ پیر کو اُٹھانے یا نیچا کرنے کے کام آتا ہے ۔

6- دھاگا کَسنے والا پُرزہ (Tension Regulator)

اس پُرزے کی مدد سے دھاگے کو بخیہ درست رکھنے کے لیے کَسا یا ڈِھیلا کیا جاتا ہے ۔

7- دھاگا کاٹنے والا پُرزہ (Thread Cutter)

یہ پُرزہ دھاگا آسانی سے کاٹ دیتا ہے ۔

8- پیر (Foot)

یہ کپڑے کو دندانے میں دبائے رکھتا ہے ۔

9- سلائیڈ پلیٹ (Slide Plate)

یہ ایک چپٹی پلیٹ ہے جو شٹل اور پھِرکی کو ڈھکے رکھتی ہے اور پھرکی کو نکالنے یا لگانے کے لیے آگے پیچھے کی جاتی ہے ۔

10- دندانے (Feed Dog)

یہ سلائی کرتے وقت کپڑے کو چلاتے ہیں ۔

11- جامد پلیٹ (Throat Plate)

دندانوں کے نزدیک کام کرنے کے لیے جگہ مہیّا کرتی ہے نیز اندر کے پُرزوں کو محفوظ رکھتی ہے ۔

12- نلکی لگانے کی کیل (Spool Pin)

یہ کیل نلکی رکھنے کے کام آتی ہے ۔

13- پہیہ (Balance Wheel)

دھاگے کے لیور اور سُوئی کی حرکت کو کنٹرول کرتا ہے ۔

14- پِھرکی میں دھاگا بھرنے والا پُرزہ (Bobbin Winder)

اِس میں پِھرکی کو ڈال کر دھاگا بھرا جاتا ہے ۔ جب پھرکی بھر جائے تو خود بخود باہر نکل آتی ہے ۔

15- ٹانکا چھوٹا بڑا کرنے والا پُرزہ (Stitch Length Dial)

اِس پُرزے کے اُوپر نمبر لکھے ہوتے ہیں ۔ جو یہ ظاہر کرتے ہیں کہ 2.5 سینٹی میٹر میں کتنے ٹانکے لگتے ہیں ۔ اس پُرزے کو پُورا اُوپر کی طرف کرنے سے مشین پیچھے کی طرف چلنے لگتی ہے ۔

16- پِھرکی کا دھاگا کسنے والا پُرزہ (Bobbin Regulator)

یہ پُرزہ پِھرکی بھرتے وقت دھاگے کو مناسب مقدار میں چھوڑتا ہے ۔

17- نلکی کے لیے کیل (Spool Pin)

پِھرکی میں دھاگا بھرنے کے لیے نلکی اس میں لگائی جاتی ہے ۔

18- سُوئی کسنے والا پیچ (Needle Screw Clamp)

یہ سُوئی کو مضبوطی سے اپنی جگہ پر قائم رکھتا ہے ۔

مشین میں پیدا ہونے والی خرابیاں ، ان کی وجوہات اور حل

اکثر اوقات مشین سے سلائی کرتے ہوئے چھوٹی موٹی خرابیاں ہوتی رہتی ہیں ۔ مثلاً مشین بھاری چلنا ، پِھرکی کا دھاگا ٹوٹنا ، سُوئی کا دھاگا ٹوٹنا ، مشین کا چھوڑ چھوڑ کر ٹانکے لگانا ، بخیہ ڈھیلا ہونا وغیرہ وغیرہ ۔ یہ بہت معمولی خرابیاں ہیں جن کو باآسانی دُور کیا جا سکتا ہے ۔ لیکن اس کے لیے اِس خرابی

کے متعلق مکمل معلومات کا ہونا ضروری ہے تاکہ اسے فوری دُور کیا جا سکے ۔

1- مشین کا بھاری چلنا

اکثر اوقات کپڑوں کا رُواں یا باریک دھاگا شٹل میں پھنس جانے سے مشین بھاری چلنے لگتی ہے ۔ اس کو درست کرنے کے لیے

1- مشین کو کھولیں اور باریک برش کی مدد سے شٹل کو اور شٹل کے آس پاس کی جگہوں کو اچھی طرح صاف کر لیں ۔ اس سے مشین ہلکی چلنے لگے گی ۔
2- مشین کو صاف کر کے مشین کا تیل دیں ۔ کیونکہ بعض اوقات مشین زیادہ دیر تک تیل نہ دینے سے خُشک ہو جاتی ہے ۔ اور چلنے میں بھاری لگتی ہے ۔

2- مشین کی سُوئی بار بار ٹُوٹنا

بعض اوقات سلائی کرتے ہوئے سُوئی بار بار ٹُوٹ جاتی ہے ۔ اِس کو دُرست کرنے کے لیے دیکھیں کہ

1- سُوئی ٹیڑھی تو نہیں ۔
2- مشین کا پیر صحیح کَسا ہوا ہے ۔
3- کپڑے کے مطابق سوئی کا سائز صحیح ہے ۔
4- سلائی کرتے ہوئے کپڑا زیادہ کِھنچا ہوا تو نہیں ۔

3- سلائی کے دوران دھاگا بار بار ٹوٹنا

اگر سلائی کے دوران دھاگا بار بار ٹوٹنے لگے تو دیکھیں کہ

1- سُوئی میں دھاگا صحیح ڈالا ہوا ہے ۔
2- سُوئی سیدھی اور تیز ہے ۔
3- سُوئی دھاگے کے مطابق صحیح سائز کی ہے ۔
4- دھاگا کَسنے والا پُرزہ زیادہ سخت تو نہیں ۔

4- پھرکی کا دھاگا بار بار ٹُوٹنا

اگر سلائی کے دوران پھِرکی کا دھاگا بار بار ٹوٹنے لگے تو دیکھیں کہ

1- پھِرکی کا دھاگا کَسنے والا پُرزہ زیادہ سخت تو نہیں۔

2- پھِرکی میں دھاگا زیادہ بھرا ہوا تو نہیں۔

3- پھِرکی یا ریس میں دھاگا یا رؤاں تو نہیں پھنسا ہوا۔

5- مشین کا ٹانکے چھوڑ چھوڑ کر چلنا

بعض اوقات مشین کا بخیہ درست نہ ہونے کی وجہ سے مشین بخیہ چھوڑ چھوڑ کر چلتی ہے۔ اس کے لیے دیکھیں کہ

1- سُوئی کپڑے اور دھاگے کی مناسبت سے صحیح ہے۔

2- سُوئی صحیح لگی ہوئی ہے۔ نیز سیدھی اور تیز ہے۔

3- مشین کے دندانے صحیح ہیں۔

6- مشین کے ٹانکے ڈھیلے آنا

اگر مشین کے ٹانکے ڈھیلے آئیں تو دیکھیں کہ

1- مشین میں دھاگا ٹھیک ڈالا ہوا ہے۔

2- نلکی اور پھِرکی کا دھاگا کسنے والے پُرزے صحیح کسے ہوئے ہیں۔

3- ٹانکا چھوٹا یا بڑا کرنے والا پُرزہ صحیح پوزیشن میں ہے۔

4- پھِرکی میں دھاگا زیادہ ڈھیلا تو نہیں بھرا ہُوا۔

5- دھاگے کی مناسبت سے سُوئی صحیح ہے۔

مشین کی صفائی اور دیکھ بھال

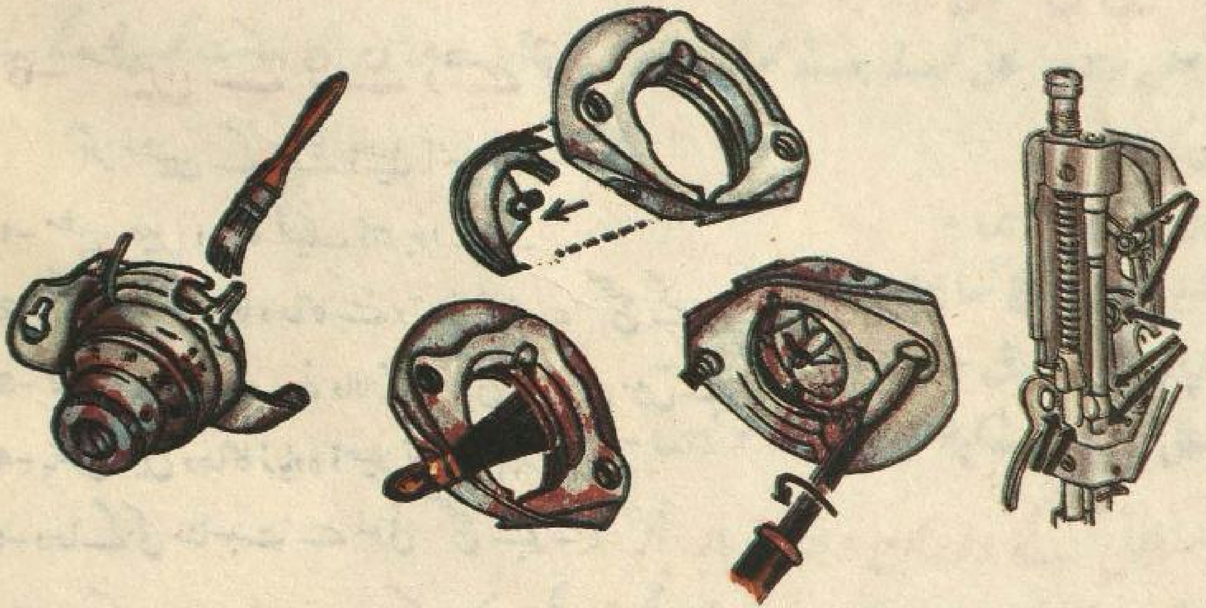
سلائی مشین ایک نہایت قیمتی اور پائیدار شے ہے۔ لہٰذا اس کی دیکھ بھال اور صفائی صحیح طریقے سے کرنا بہت ضروری ہے۔ کیونکہ اس کی بہتر کارکردگی کا انحصار اس بات پر ہے کہ آپ اس کی صفائی اور حفاظت کیونکر کرتی ہیں۔

مشین نہایت نفیس اور نازک آلات پر مشتمل ہوتی ہے۔ اور اگر اس کے کسی بھی پُرزے کو زنگ لگ جائے تو اس سے مشین کی کارکردگی متاثر ہوتی ہے۔ اس لیے ضروری ہے کہ استعمال کے بعد اسے اچھی طرح صاف کر کے رکھا جائے اور مناسب وقت پر تیل دیا جائے۔

مشین کی صفائی

1- مشین صاف کرنے کے لیے ہمیشہ نرم کپڑا یا باریک برش استعمال کریں ۔ باہر سے سُوتی کپڑے سے مشین کی صفائی کریں ۔

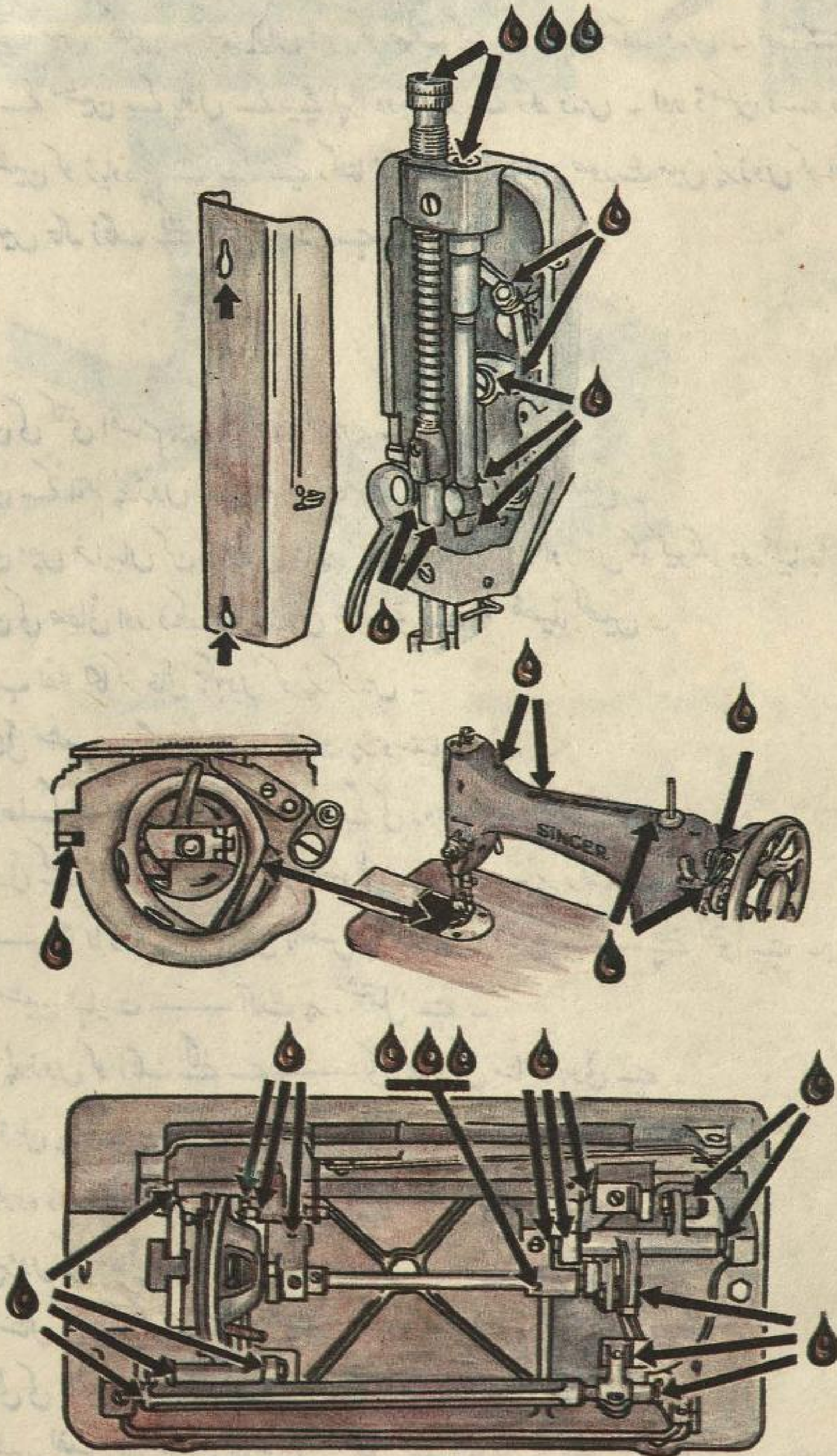
2- شکل 1.6 میں جہاں جہاں تیر کے نشان ہیں وہاں نرم کپڑے سے پُرزوں کی صفائی کریں ۔ سامنے کی پلیٹ اور جامد پلیٹ ہٹا کر برش سے صاف کریں ۔ شٹل کا ڈھکنا کھول کر پھِرکی نکال لیں ۔ اور مشین کے اندرونی حصّوں کو بھی بُرش کریں ۔ تاکہ روأں یا کوئی بھی دھاگا شٹل یا دندانوں کے اندر نہ رہے ۔



شکل 1.6

مشین میں تیل ڈالنا

مشین میں تیل ڈالنے کے لیے مشین کا تیل استعمال کریں ۔ شکل 1.7 میں جہاں جہاں تیر کے نشان ہیں ۔ ان جگہوں پر ایک ایک قطرہ تیل ڈالیں ۔ اور مشین کو تیز تیز چلائیں ۔ تاکہ تیل تمام اندرونی پُرزوں میں بھی پہنچ جائے ۔ اِس کے بعد کوئی پُرانا کپڑا لے کر اس پر مشین چلائیں ۔ اِس طرح فالتو تیل رِس کر کپڑے میں جذب ہو جائے گا ۔



شکل 1.7

مشین کو کھول کر اس کے اندرونی پُرزوں پر تیل میں بھیگا ہوا برش پھیریں ۔ اور مشین کو کچھ دیر دھوپ میں رکھیں ۔ بعد ازاں اس کو صاف کپڑے سے ڈھک دیں ۔ اور پہیے کی گراری کو ڈھیلا کر کے مشین کے پاؤں کے نیچے کپڑا دوہرا کر کے رکھ دیں ۔ اور ڈھکن دے دیں ۔

اگر مشین کو زیادہ عرصے کے لیے رکھنا مقصود ہو تو ایسی صورت میں پُرزوں کو اچھی طرح تیل لگا کر رکھیں تاکہ زنگ لگنے کا امکان نہ رہے ۔

سوالات

1- مشین کی کتنی اقسام ہیں ؟ تحریر کریں ۔
2- مشین کے اہم پُرزوں کے نام اور کام کے بارے میں لکھیں ۔
3- مشین میں خرابیاں کن وجوہ کی بنا پر پیدا ہوتی ہیں ۔ اور اُن کو کیونکر دُور کیا جا سکتا ہے ؟
4- مشین کی صفائی اور دیکھ بھال کیوں ضروری ہے ؟ تفصیلاً لکھیں ۔
5- مناسب لفظ لگا کر خالی جگہوں کو پُر کریں ۔

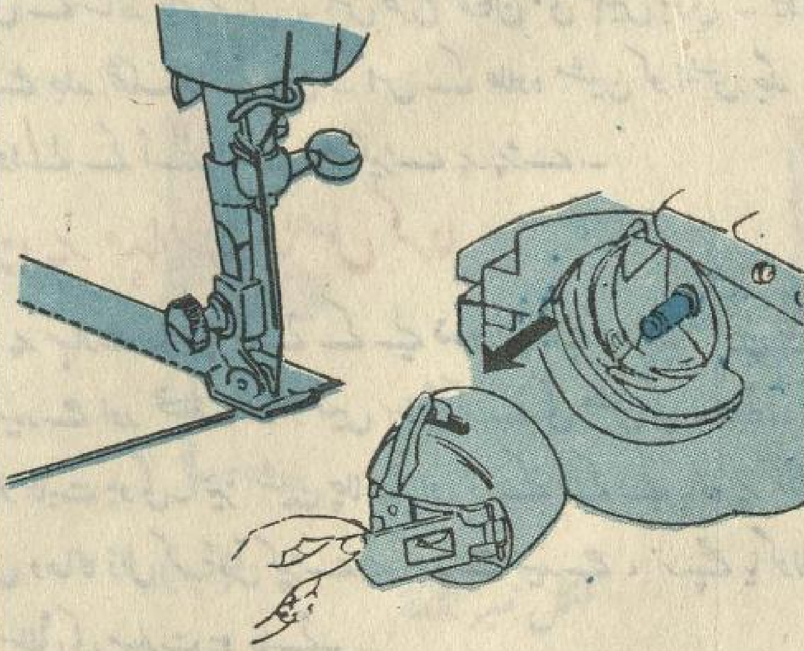
i- سلائی مشین ہر جگہ ـــــــ قیمت پر دستیاب ہے ۔
ii- دھاگے کا لیور ـــــــ میں دھاگے کی روانی کا ذمہ دار ہے ۔
iii- سُوئی کسنے والا پیچ ـــــــ کو مضبوطی سے ـــــــ پر رکھتا ہے ۔
iv- ـــــــ کا رؤاں شٹل میں پھنس جانے سے مشین ـــــــ چلنے لگتی ہے ۔
v- مشین نہایت ـــــــ آلات پر مشتمل ہے ۔
vi- پُرزوں کو زنگ لگنے سے ـــــــ کی کارکردگی متاثر ہوتی ہے ۔

6- درج ذیل بیانات میں سے صحیح بیان پر نشان ✓ لگائیں ۔

i- موجودہ دَور میں سلائی مشین ہر گھر میں موجود ہوتی ہے ۔
ii- کپڑوں کی سلائی ایک ہُنر نہیں ہے ۔
iii- پاکستان کی تیار کردہ سلائی مشینیں مضبوط اور پائیدار نہیں ہوتیں ۔
iv- بجلی کی مشین سے کام جلدی ہو جاتا ہے ۔
v- مشین نفیس اور نازک آلات پر مشتمل نہیں ہوتی ۔
vi- مشین صاف کرنے کے لیے ہمیشہ نرم کپڑا یا بُرش استعمال کرنا چاہیے ۔

2

سلائی کی تیاری



مشین کی سلائی میں مہارت حاصل کرنے کے لیے ضروری ہے کہ مشین سے سلائی کرنے کا صحیح طریقہ اپنایا جائے ۔ تاکہ سلائی کا کام سہل ہو اور کسی قسم کی دِقّت کا سامنا نہ کرنا پڑے ۔ اس کے لیے درج ذیل اقدامات کو مدّنظر رکھنا نہایت ضروری ہے ۔ مثلاً

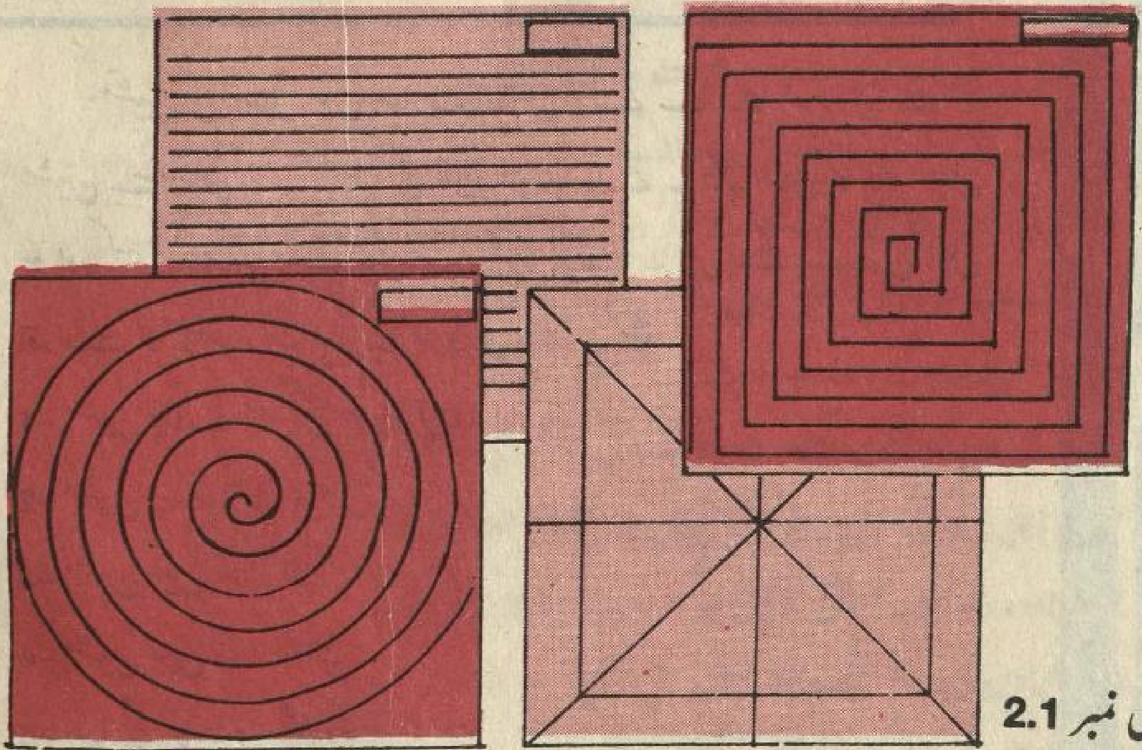
1- مشین چلانے کا صحیح طریقہ اپنانا
2- مشین پر مہارت حاصل کرنا
3- مشین میں سُوئی لگانا
4- مشین میں دھاگا ڈالنا
5- دھاگے کا تناؤ صحیح رکھنا
6- بخیہ شروع اور ختم کرنے کے لیے صحیح طریقہ اپنانا
7- سلائی کے دوران کپڑے کو تھامنا۔

1- مشین چلانے کا صحیح طریقہ

سلائی کرتے ہوئے سیدھے بیٹھنا چاہیے تاکہ مشین چلاتے وقت آنکھوں اور ہاتھ کے پٹھے آپس میں ہم آہنگی کے ساتھ کام کریں ۔ اس طرح تھکان بھی نہیں ہوتی ۔ کیونکہ جُھک کر سلائی کرنے سے کمر اور کندھے جلد تھک جاتے ہیں ۔ اس کے علاوہ مشین کو ایسی جگہ پر رکھنا چاہیے ۔ جہاں سے روشنی سینے والے کے اُلٹے شانے سے کپڑے پر پڑے ۔

2- مشین پر مہارت حاصل کرنا

مشین پر مہارت حاصل کرنے کے لیے ضروری ہے کہ پہلے مشین میں دھاگا ڈالے بغیر خاکی کاغذ پر سیدھے سیدھے اور مختلف انداز میں سلائی کرنے کی مشق کی جائے۔ یہ مشق کپڑے پر سلائی کے دوران مددگار ثابت ہوگی۔ نیز مشین چلانے اور روکنے کے لیے ہاتھ پر کنٹرول آجائے گا ۔ اِس کے بعد سُوئی میں دھاگا ڈال کر سُوتی کپڑے پر سیدھے سیدھے ، ترچھے یا گولائی میں ٹانکے لگائیں ۔ تاکہ کپڑے پر سلائی کی مہارت ہو جائے۔

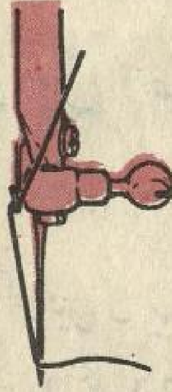


شکل نمبر 2.1

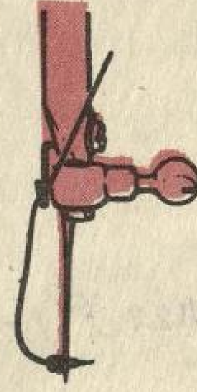
3- مشین میں سُوئی لگانا

عمدہ سلائی کے لیے سُوئی کا سیدھا اور باریک ہونا ضروری ہے ۔ اِس طرح کپڑا خراب نہیں ہوتا ۔

مشین کے لیے عموماً 16,14,11,9 اور 18 نمبر کی سُوئیاں استعمال ہوتی ہیں ۔ اس لیے ایسی سُوئی استعمال کرنی چاہیے جس کے ناکے میں سے دھاگا آسانی سے گُزر سکے ۔ اور جو مضبوط بھی ہو ۔ (شکل 2.2 الف ، ب)



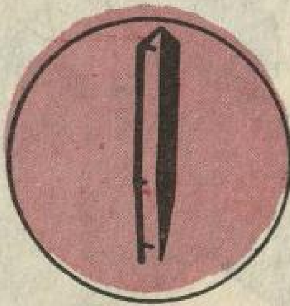
(ب)



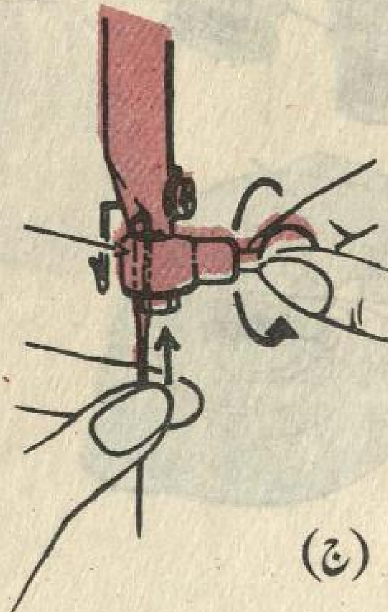
(الف)

شکل نمبر 2.2

مشین میں سوئی لگانے کے لیے پہیے کو اپنی طرف گھمائیں ۔ یہاں تک کہ سُوئی خوب اُونچی ہو جائے ۔ سُوئی کے پیچ کو ڈھیلا کریں ۔ اور سُوئی اِس طرح لگائیں کہ اس کی چپٹی طرف دائیں جانب ہو (شکل 2.2 ج) جہاں تک ہو سکے سُوئی کو اُوپر کی طرف اُٹھائیں ۔ اس کے بعد پیچ کس دیں ۔ (شکل نمبر 2.2 د)



(د)



(ج)

شکل نمبر 2.2

4- مشین میں دھاگا ڈالنا

سلائی مشین دو دھاگوں سے سلائی کرتی ہے ۔ یعنی

الف۔ نیچے والا دھاگا پِھرکی سے آتا ہے ۔ جو نلکی کے دھاگے سے بھری جاتی ہے

ب۔ اُوپر والا دھاگا نلکی سے آتا ہے ۔ اور سوئی میں پرویا جاتا ہے۔

الف ۔ پھرکی میں دھاگا بھرنا

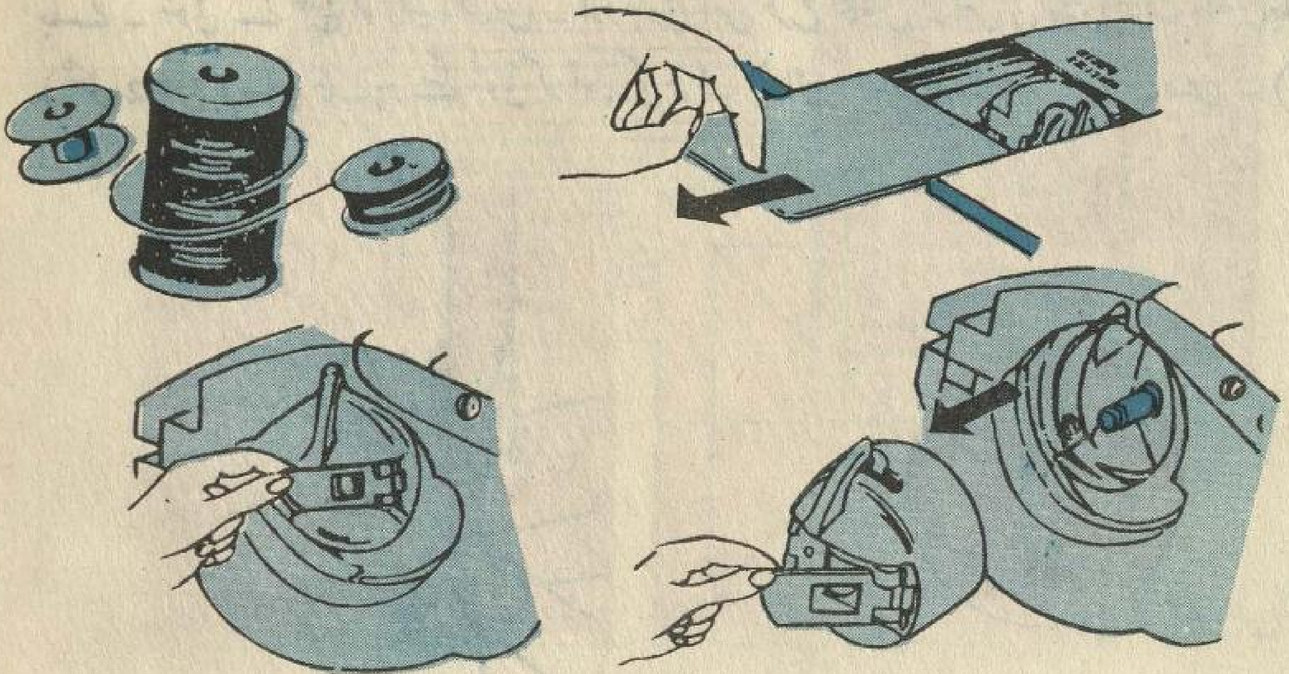
i- پِھرکی نکالنا

1- پہیے کو اپنی طرف گھمائیں ۔ یہاں تک کہ سوئی اُونچی ہو جائے ۔ (شکل 2.3 الف)

2- سلائیڈ پلیٹ کھولیں (شکل 2.3 ب)

3- اُلٹے ہاتھ سے ڈبی کا کُنڈا کھولیں اور ڈبی باہر نکال لیں ۔ (شکل 2.3 ج)

4- کنڈا چھوڑ دیں اور پِھرکی کو ڈبی میں سے نکال لیں ۔ (شکل 2.3 د)



شکل نمبر 2.3

ii- پھرکی میں دھاگا بھرنا

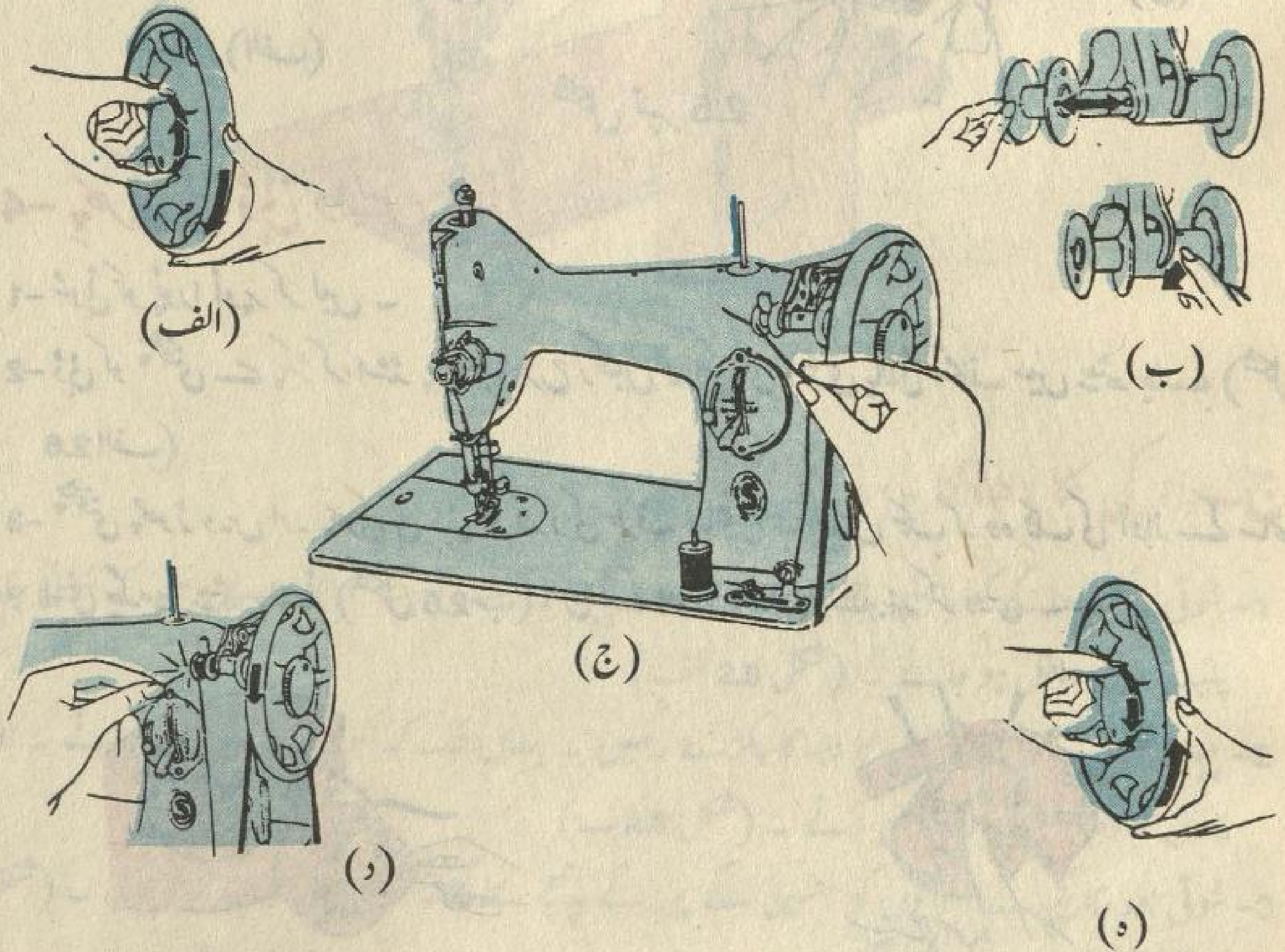
1- پہیے کو بائیں ہاتھ سے پکڑ کر گراری کو اپنی طرف گھما کر ڈھیلا کر دیں ۔ (شکل 2.4 الف)

2- خالی پھرکی تکلے میں لگائیں ۔ اور پھرکی میں دھاگا بھرنے والے پُرزے کو دبا کر پہیے کے ساتھ لگا دیں (شکل 2.4 ب)

3- نلکی رکھنے کی کیل پر نلکی لگائیں ۔ دھاگے کو دھاگا کَسنے والے پُرزے میں سے گزار کر پھِرکی کے چھوٹے سُوراخ میں سے نکالیں اور تھوڑا سا دھاگا پھِرکی پر ہاتھ سے لپیٹ دیں ۔ (شکل 2.4 ج)

4- مشین چلا کر پُوری پھِرکی بھر لیں ۔ جب پھِرکی بھر جائے تو مشین چلانا بند کر دیں ۔ نلکی سے دھاگا توڑ لیں ۔ (شکل 2.4 د)

5- پھِرکی نکال لیں اور پہیے کی گراری کو دوبارہ کس دیں ۔ (شکل 2.4 ہ)



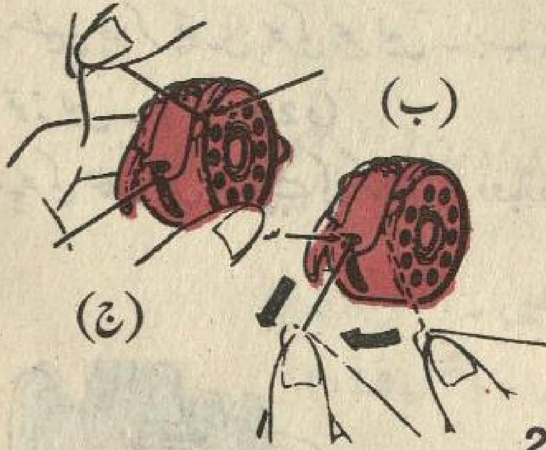
شکل نمبر 2.4

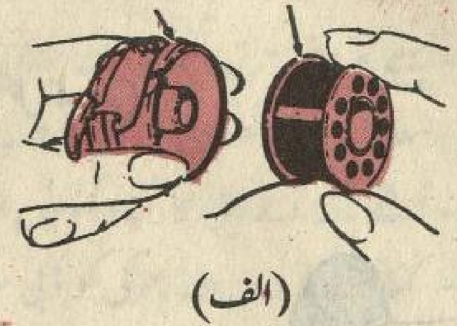
iii- پھرکی کی ڈبی میں سے دھاگا نکالنا

1- پِھرکی کو اس طرح پکڑیں کہ اس کا دھاگا کُھل جائے ۔ (شکل 2.5 الف) اور پھرکی کو ڈبی میں واپس ڈال دیں ۔

2- دھاگے کو پھرکی کی ڈبی کے شگاف میں ڈالیں اور سپرنگ کے نیچے سے گزار کر سُوراخ سے نکال لیں ۔ (شکل 2.5 ب)

3- تقریباً 5 س م دھاگا باہر نکال لیں (شکل 2.5 ج)





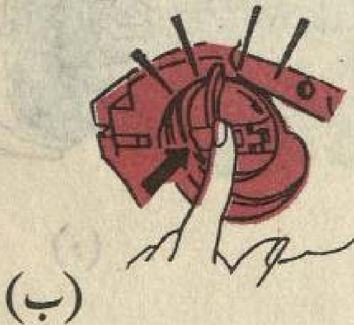
شکل نمبر 2.5

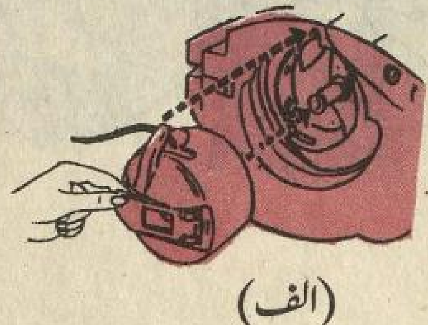
4- پِھرکی کی ڈبی واپس ڈالنا

1- سُوئی کو پُورا اُوپر کر لیں ۔

2- ڈبی کو چٹخنی سے پکڑ کر اسٹڈ پر اس طرح رکھیں کہ اس کی ڈنڈی بالائی شگاف میں بیٹھ جائے (شکل 2.6 الف)

3- چٹخنی چھوڑ دیں اور پِھرکی کی ڈبی کو اندر کی طرف دبائیں ۔ یہاں تک کہ وہ ٹِک کی آواز کے ساتھ اپنی جگہ پر بیٹھ جائے (شکل 2.6 ب) اس کے بعد سلائیڈ پلیٹ بند کر دیں ۔



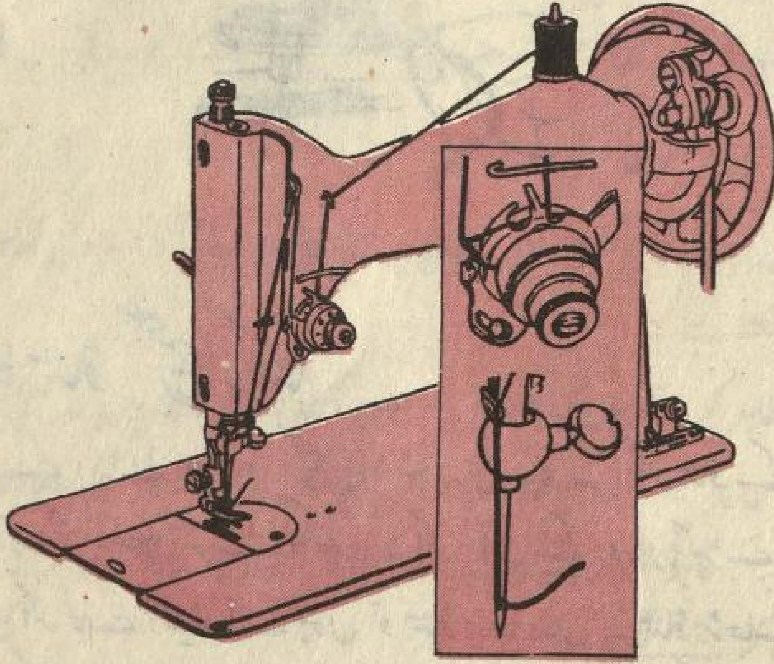


شکل نمبر 2.6

ب ۔ سُوئی میں دھاگا ڈالنا

1- سُوئی کو پُورا اُوپر کر لیں۔ نلکی کی کیل میں نلکی لگائیں۔ اور مختلف پُرزوں میں سے دھاگا گزاریں ۔ (شکل 2.7)

2- سُوئی میں دھاگا بائیں سے دائیں ڈالیں اور ناکے میں سے گزار کر دس سینٹی میٹر دھاگا باہر نکال لیں ۔

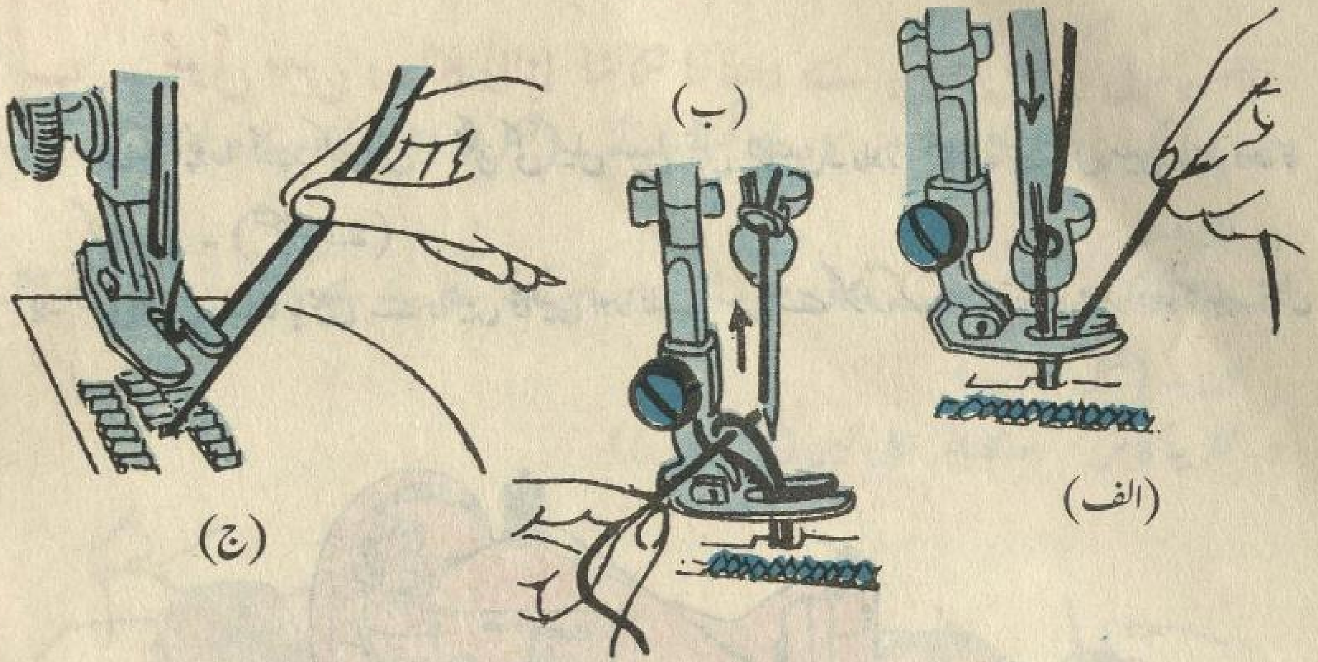


ج۔ پھِرکی کا دھاگا باہر نکالنا

1- سُوئی کے دھاگے کو بائیں ہاتھ سے پکڑیں اور پہیے کو آہستہ آہستہ گھمائیں یہاں تک کہ سُوئی جامد پلیٹ میں داخل ہو جائے ۔ (شکل 2.8 الف)

2- پہیہ گھماتی جائیں اور سُوئی کا دھاگا پکڑے رکھیں ۔ یہاں تک کہ سُوئی دوبارہ اُوپر آ جائے ۔ اور پھرکی کا دھاگا بھی اُوپر نکل آئے ۔ (شکل 2.8 ب)

3- سُوئی اور پھرکی کے دھاگوں کو مشین کے پیر کے نیچے سے گزار کر دائیں طرف نکال لیں ۔ (شکل 2.8 ج) اب مشین سلائی کے لیے تیار ہے ۔

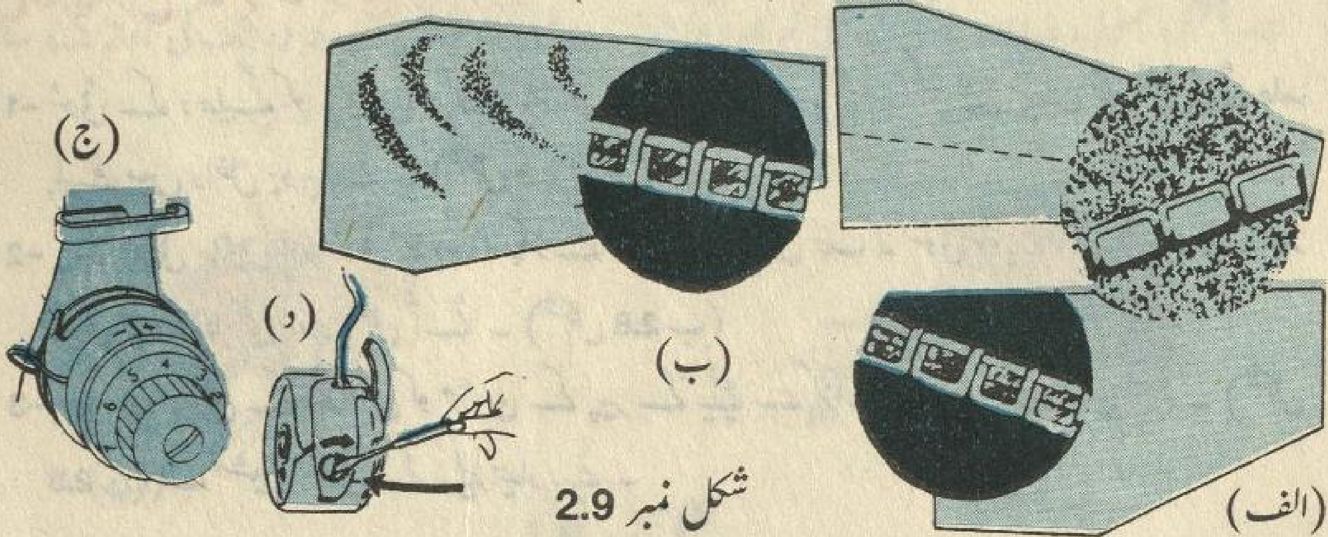


شکل نمبر 2.8

5- دھاگے کا تناؤ صحیح رکھنا

صحیح بخیہ کے لیے دھاگے کا تناؤ صحیح ہونا ضروری ہے۔ صحیح تناؤ کے لیے پہلے کپڑے کے چھوٹے ٹکڑے پر آزمائشی سلائی کر کے دیکھیں۔ اگر سلائی کے دوران کپڑے پر چُنٹ پڑتی ہو۔ تو تناؤ کم کر دیں لیکن اگر ٹانکے ڈھیلے آتے ہوں تو تناؤ بڑھا دیں۔ تناؤ بڑھانے کے لیے دھاگا کسنے والا پُرزہ دائیں طرف گھمائیں اور تناؤ بڑھانے کے لیے اسے بائیں طرف گھمائیں۔

i- صحیح بخیہ میں اُوپر اور نیچے کے دھاگے کا کھچاؤ ایک جیسا ہوتا ہے۔ یعنی یہ دونوں دھاگے کپڑے کے مرکز میں بل یا گرہ بناتے ہیں۔ (شکل 2.9 الف)



شکل نمبر 2.9

ii- اگر اُوپر کے دھاگے کا کھچاؤ زیادہ ہو تو وہ کپڑے کے اُوپر بل دار یا بالکل سیدھی لائن بنائے گا اور نیچے کا دھاگا اُوپر نظر آئے گا ۔ یہ بخیہ غلط ہے ۔ (شکل 2.9 ب)

اس بخیہ کو ٹھیک کرنے کے لیے ڈائل کو چھوٹے نمبروں کی طرف گھمائیں تو کھچاؤ کم ہو جائے گا ۔ ڈائل کو بڑے نمبروں کی طرف گھمانے سے کھچاؤ بڑھتا ہے ۔ (شکل 2.9 ج)

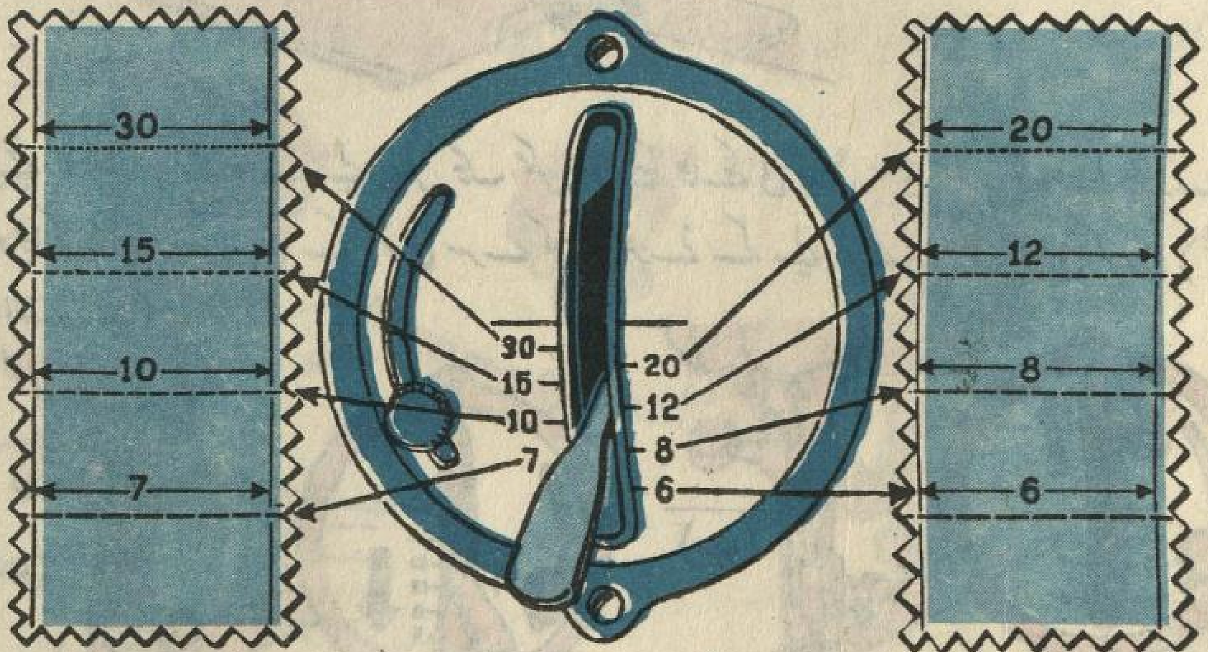
iii- اگر پھرکی کے دھاگے کا کھچاؤ زیادہ ہو تو کپڑے کے نیچے کی طرف دھاگے کے گُچھے سے نظر آتے ہیں ۔ جو دھاگا ڈھیلا ہونے کی علامت ہے ۔ اس کو درست کرنے کے لیے پھرکی کے پیچ کو کسنے سے دھاگے کا کھچاؤ زیادہ ہو جائے گا اور پیچ ڈھیلا کرنے سے کھچاؤ کم ہو جائے گا ۔ (شکل 2.9 د)

6- ٹانکوں کو چھوٹا بڑا کرنا

مشین میں نصب یہ پُرزہ دو کام کرتا ہے ۔ یعنی یہ ٹانکوں کی لمبائی کو کنٹرول کرتا ہے نیز مشین کو پیچھے کی طرف بھی چلا سکتا ہے ۔

لیور پر نصب نمبر یہ ظاہر کرتے ہیں کہ 2.5 س م میں کتنے ٹانکے لگتے ہیں ۔ پیچ کو ڈھیلا کر کے جتنے ٹانکے رکھنا چاہیں ۔ اِس پر لیور کو رکھ دیں اور پھر پیچ کس دیں ۔ (شکل 2.10)

کپڑے پر اگر اُلٹا بخیہ کرنا ہو تو اس کے لیے لیور کو جہاں تک ہو سکے اُوپر کر دیں ۔ اِس طرح مشین پیچھے کی طرف حرکت کرنے لگے گی ۔



شکل نمبر 2.10

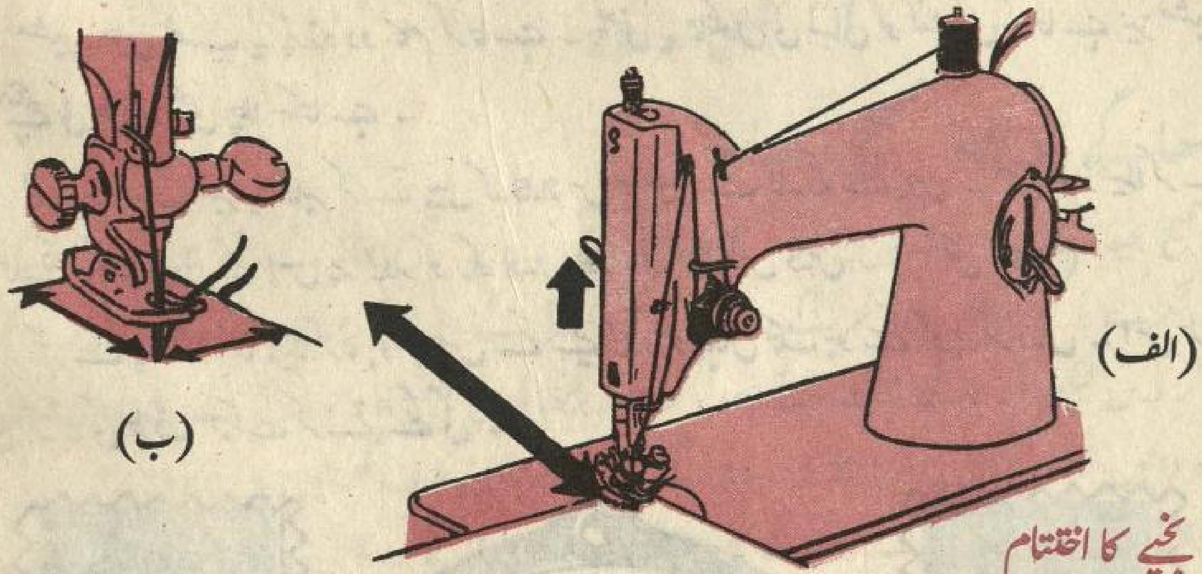
7- بخیے کی ابتدا اور اختتام کے لیے صحیح طریقہ اپنانا

(i) بخیے کی ابتدا

1- ٹانکوں کی تعداد متعین کر لیں ۔

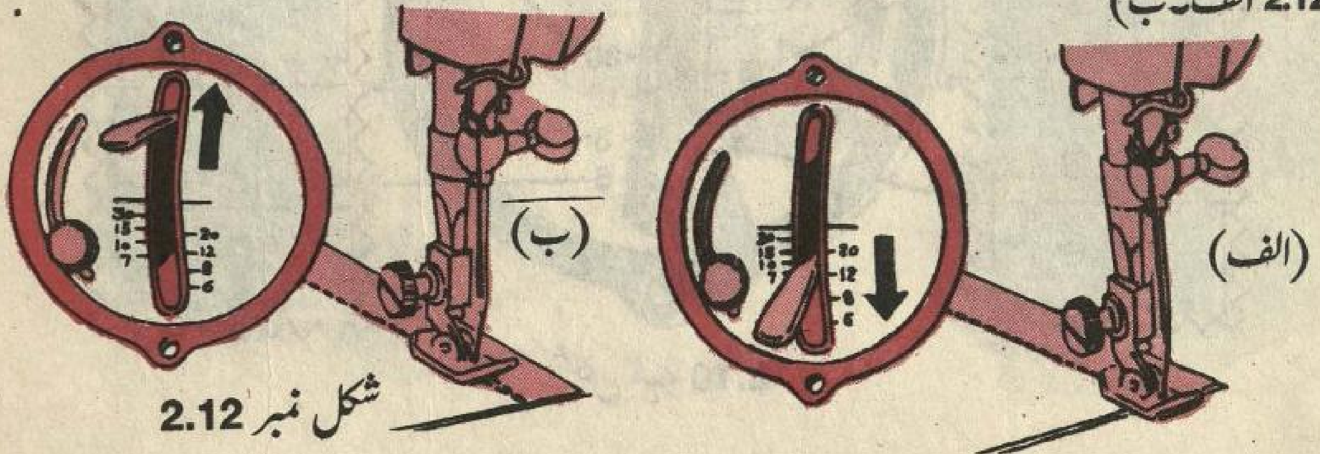
2- مشین کا پیر اُٹھا کر سُوئی کو اس طرح نیچے لائیں کہ وہ کپڑے میں ایک سینٹی میٹر تک اندر چلی جائے ۔ (شکل 2.11 الف)

3- پیر نیچے لے آئیں ۔ اور ٹانکے والے پُرزے کو اُونچا کر دیں ۔ کپڑے کے کنارے تک اُلٹا ٹانکا لگائیں تاکہ سلائی پکّی ہو جائے ۔ (شکل 2.11 ب)



(ii) بخیے کا اختتام

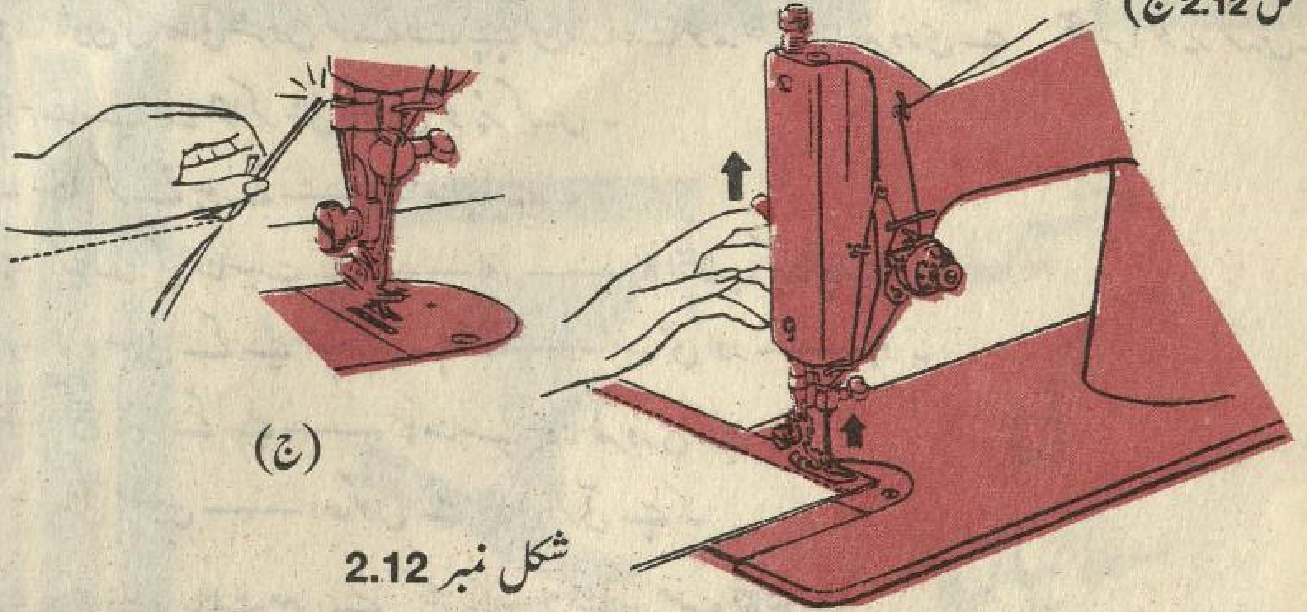
1- بخیے کا اختتام کرنے کے لیے جہاں تک ممکن ہو سکے ٹانکے کی لمبائی متعین کرنے والے پُرزے کو اُونچا کر لیں ۔ اور بخیے کے آخری سرے کو پکّا کرنے کے لیے پیچھے کی طرف سلائی کریں (شکل 2.12 الف ۔ ب)



شکل نمبر 2.12

2- پہیے کو اپنی طرف گھُما کر سُوئی کو پُورا اُوپر کر لیں ۔

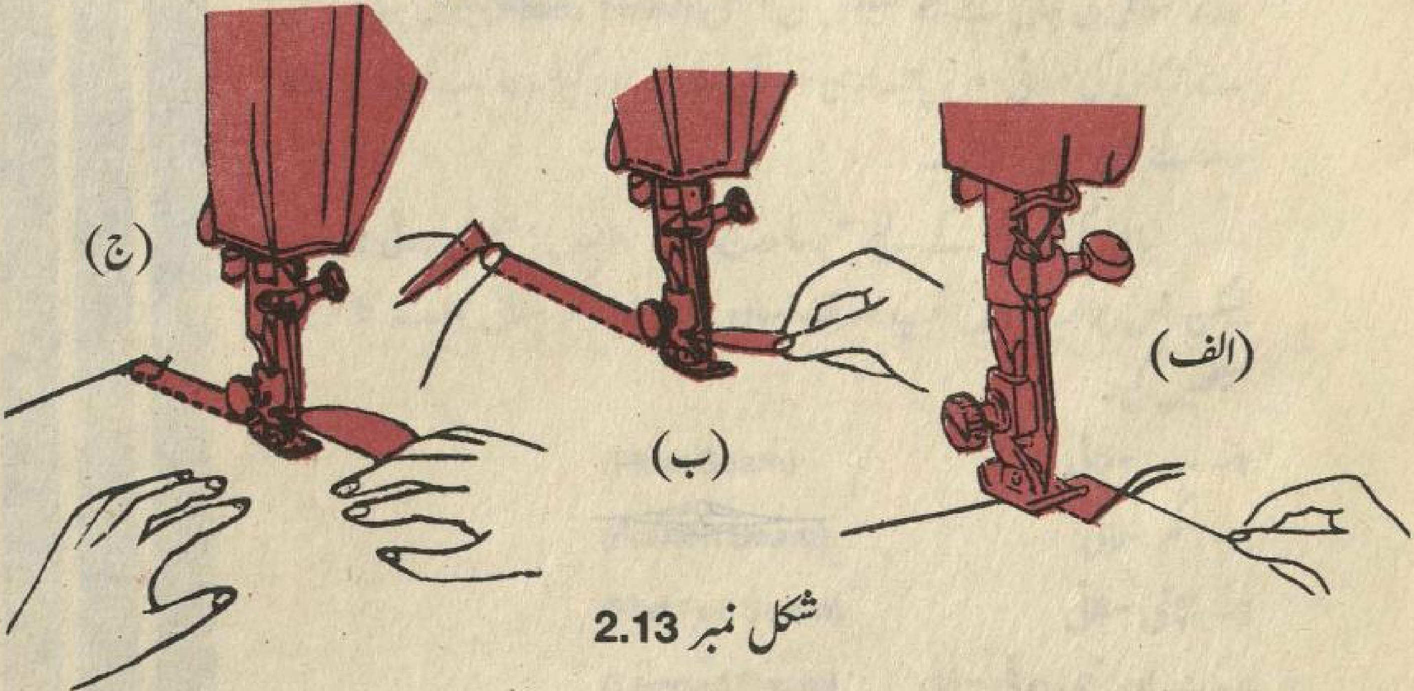
3- مشین کا پَیر اُٹھائیں اور کپڑا نکال لیں ۔ دھاگا کاٹنے والے پُرزے سے دھاگا کاٹ لیں ۔ (شکل 2.12 ج)



شکل نمبر 2.12

9- سلائی کے دوران کپڑے کو تھامنا

بہت سے کپڑوں کو سلائی کے دوران مشین کے پَیر کے پاس سے تھامنا اور سنبھالنا پڑتا ہے ۔ مثال کے طور پر سُوتی کپڑوں کو معمولی طور پر آگے پیچھے سے تھامنا کافی ہے ۔ جبکہ لچکدار کپڑوں کو اُن کے لچک کی سمت میں سلائی کے دوران تھامنا چاہیے ۔ لیکن دوسری سمت میں پَیر کے سامنے سے کپڑے کو معمولی سا تھامنا کافی ہے ۔ (شکل 2.13 الف ، ب ، ج)



شکل نمبر 2.13

سوالات

1- مشین کی سلائی شروع کرنے سے پہلے کن اقدامات کو مدِ نظر رکھنا ضروری ہے مختصراً تحریر کریں۔

2- مناسب لفظ لگا کر خالی جگہوں کو پُر کریں ۔

i- سلائی کرتے ہوئے ـــــ بیٹھنا چاہیے ۔

ii- کپڑے کی مناسبت سے ـــــ اور ـــــ کا انتخاب کرنا چاہیے ۔

iii- عمدہ سلائی کے لیے ضروری ہے کہ ـــــ سیدھی اور ـــــ ہو ۔

iv- صحیح بخیہ کے لیے ـــــ کا مناسب ہونا ضروری ہے ۔

v- سلائی مشین ـــــ دھاگوں سے سلائی کرتی ہے ۔

7- درج ذیل بیانات میں سے صحیح بیان پر نشان ✔ لگائیں۔

i- عمدہ سلائی کے لیے سوئی کا باریک ہونا ضروری ہے۔

ii- سلائی مشین ایک دھاگے سے سلائی کرتی ہے۔

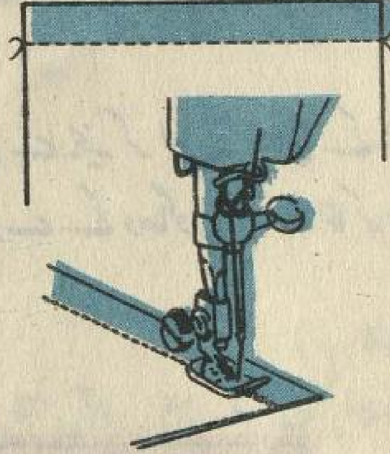
iii- صحیح بخیہ کے لیے دھاگے کا تناؤ صحیح ہونا ضروری ہے۔

iv- کپڑے پر اگر الٹا بخیہ کرنا ہو تو لیور کو پیچھے کی طرف کر دیں۔

v- بخیہ کے آخری سرے کو پکا کرنا ضروری نہیں۔



3



مشین کی سلائیاں

لباس کی سلائی میں مشین کی سلائی کو بنیادی اہمیت حاصل ہے۔ کیونکہ لباس کی طرز و وضع حاصل کرنے میں یہ اہم کردار ادا کرتی ہے۔ سلائی کو صاف ستھرا دکھانے کے لیے اِس کے کناروں پر مختلف طریقوں سے سلائی کی جاتی ہے جو سیون کی پختگی(Seam Finish)کہلاتی ہے۔ اس سے لباس کی سلائی میں پائیداری آ جاتی ہے۔ اور کپڑے کے کناروں سے دھاگے بھی نہیں نکلتے۔

لباس کی سلائی کے لیے عموماً درج ذیل سلائیاں استعمال ہوتی ہیں۔ لیکن اس جماعت میں آپ صرف سادہ سلائی اور گم سلائی بنانے کا طریقہ سیکھیں گی۔

1- سادہ سلائی (Plain Seam)

2- گم سلائی (French Seam)

3- چپٹی سلائی (Flat Fell Seam)

4- بند اور جمی ہوئی سلائی (Lapped Seam)

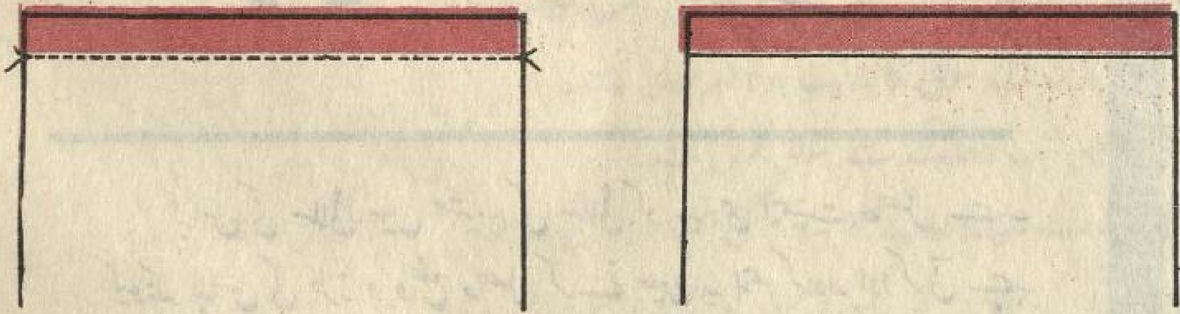
1- سادہ سلائی

یہ بُنیادی سلائی ہے جو ہر قسم کے کپڑوں کی سلائی کے لیے استعمال ہوتی ہے۔

بنانے کا طریقہ

1- کپڑے کے 15x15 س م کے دو ٹکڑے لیں ۔ ان پر پنسل سے ہلکی سی سیدھی لائن لگا لیں۔ (شکل 3.1 الف)

2- اس لائن پر مشین سے بخیہ کر لیں۔ سلائی کے شروع اور اختتام پر دُہرے ٹانکے لگائیں تاکہ سلائی مضبُوط رہے۔ یاسرے کے دھاگوں کو گرہ لگا کر فالتو دھاگے کاٹ دیں۔ (شکل 3.1 ب)



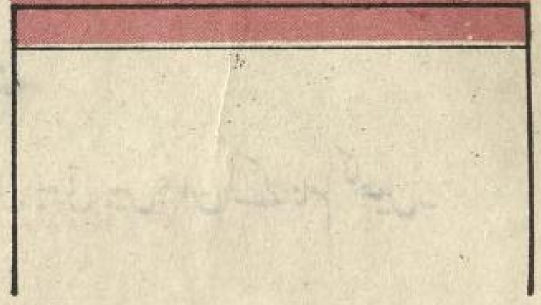
شکل نمبر 3.1

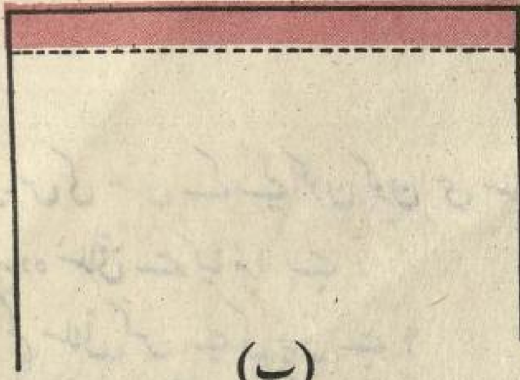
2- گم سلائی

یہ سلائی عموماً باریک کپڑوں پر کی جاتی ہے۔ تاکہ کناروں سے دھاگے نکل کر کپڑے کو خراب نہ کر سکیں اور دھاگے دکھائی بھی نہ دیں۔

بنانے کا طریقہ

1- کپڑے کے دو ٹکڑے 15x15 سینٹی میٹر لیں ۔ ان کی اُلٹی طرف اندر اور سیدھی طرف باہر رکھ کر 1 س م کے فاصلے پر پنسل سے سیدھی لائن کھینچ لیں۔ (شکل 3.2 الف)

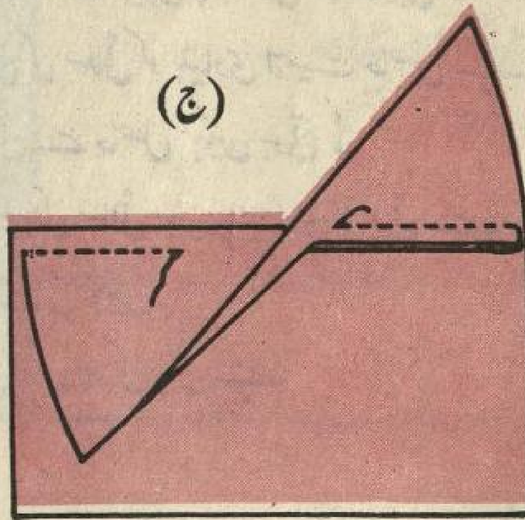




شکل نمبر 3.2

2- اس لائن پر مشین سے بخیہ کر لیں۔ (شکل 3.2 ب)

3- سلائی کو اُلٹا لیں۔ اور نشان لگا کر اس طرح سلائی کریں کہ پہلی سلائی مکمل طور پر چھپ جاے۔ (شکل 3.2 ج)



شکل نمبر 3.3

سوالات

1- لباس کی سلائی کے لیے کون کون سی سلائیاں استعمال ہوتی ہیں؟ ان کے نام لکھیں۔

2- سادہ سلائی سے کیا مُراد ہے ؟

3- گُم سلائی کس لیے کی جاتی ہے ؟

4- مناسب لفظ لگا کر خالی جگہوں کو پُر کریں۔

i- لباس کی سلائی میں ——— کی سلائی کو بنیادی اہمیت حاصل ہے۔

ii- لباس کو ——— دکھانے کے لیے اس کے کناروں پر مختلف ——— سے سلائی کی جاتی ہے۔ جو ——— کہلاتی ہے۔

iii- لباس کی سلائی کے لیے درج ذیل سلائیاں استعمال ہوتی ہیں۔

iv- ——— سلائی باریک کپڑوں پر کی جاتی ہے۔

v- سلائی کے سرے کے دھاگوں کو ——— لگائیں ۔

5- درج ذیل بیانات میں سے درست بیان پر نشان ✓ لگائیں ۔

i- لباس کی سلائی میں مشین کی سلائی کو بنیادی اہمیت حاصل ہے۔

ii- لباس کی طرز و وضع سلائی سے حاصل نہیں ہوتی ۔

iii- سیون کی پختگی سے لباس کی سلائی میں پائیداری آ جاتی ہے۔

iv- سادہ سلائی ایک بنیادی سلائی نہیں۔

v- گُم سلائی عموماً باریک کپڑوں پر کی جاتی ہے۔

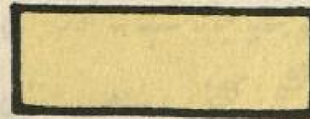
جائزہ

عملی کام ـــــــــ سادہ سلائی/ گُم سلائی

نیچے دیے گئے بیانات میں ہر بیان کے سامنے معیاری نمبر دیے گئے۔ طالبہ کے کام کی مناسبت سے متعلقہ خانے میں حاصل کردہ نمبر لگائیں۔

نمبر شمار	خصوصیات	معیاری نمبر	حاصل کردہ نمبر
1-	کپڑے کے ٹکڑوں کا سائز مناسب ہے۔	2	
2-	کپڑے کے ٹکڑے ہدایات کے مطابق جوڑے گئے ہیں۔	2	
3-	سلائی کے ٹانکے ہموار ہیں۔	2	
4-	گُم سلائی کا طریقہ کار صحیح ہے۔	2	
5-	گُم سلائی صفائی سے تیار کی گئی ہے۔	2	
	گُل نمبر	10	

گریڈ



دستخط انچارج معلمہ ـــــــــ

تاریخ ـــــــــ

4



آرائشی و علاقائی ٹانکے

آرائشی و علاقائی ٹانکوں کی اہمیت

کڑھائی ایک نہایت دلچسپ اور آسان فن ہے۔ جس کا شوق ابتدائی عمر ہی سے لڑکیوں میں پیدا ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ اور وہ سادہ ٹانکوں میں ہی مختلف رنگ کے دھاگے لگا کر کڑھائی کرتی ہیں۔ چونکہ مشق سے مہارت ہوتی ہے۔ اس لیے سادہ ٹانکوں پر مہارت حاصل ہونے پر کڑھائی کے ٹانکے بنانا آسان ہو جاتا ہے۔ کڑھائی کے لیے بہت سے آرائشی اور علاقائی ٹانکے استعمال کیے جاتے ہیں۔ اور ان سے لباس اور گھریلو استعمال کی مختلف اشیا پر کڑھائی کی جاتی ہے۔

1- ساٹن ٹانکا (Satin Stitch)

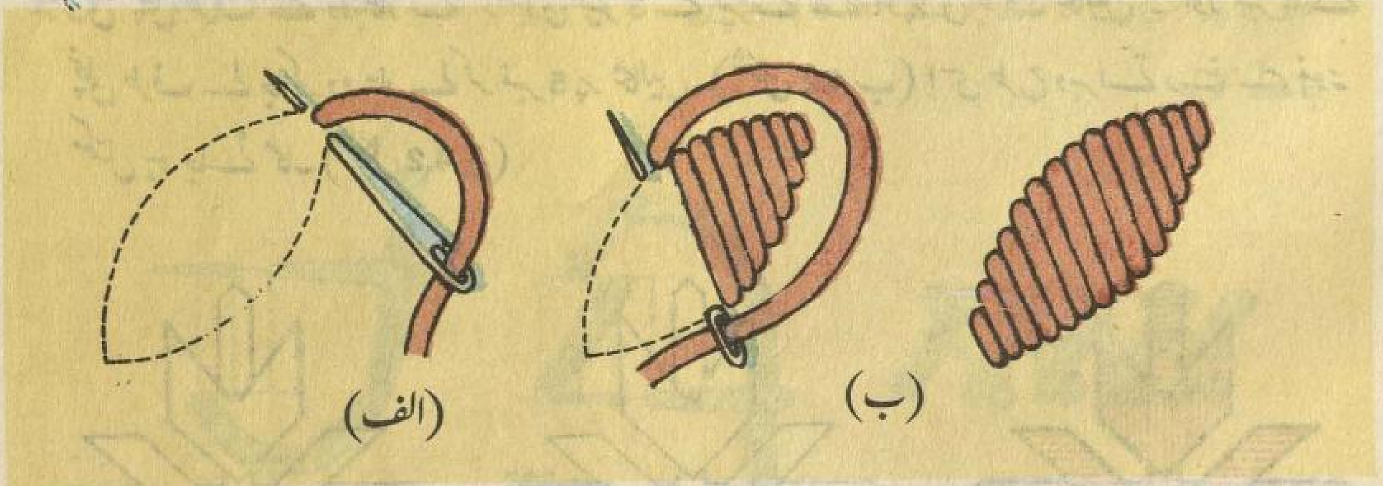
یہ ٹانکا کڑھائی میں عام استعمال ہوتا ہے ۔ اور اس سے پھُولوں کی پتیوں اور پنکھڑیوں کی بھرائی کی جاتی ہے۔ اس میں ٹانکے نزدیک اور سیدھے سیدھے یا ترچھے لیے جاتے ہیں۔ اِس ٹانکے کی ایک خصوصیت

یہ ہے کہ اِس میں اُوپر اور نیچے کے ٹانکے ایک جیسے ہوتے ہیں۔ اور ہر ٹانکا ایک دوسرے کے برابر لینے سے بھراؤ صحیح آتا ہے۔ یہ ٹانکا باریک کپڑوں کے علاوہ ہر قسم کے کپڑوں پر کڑھائی کے لیے استعمال کیا جا سکتا ہے۔

بنانے کا طریقہ

1- پنسل سے کپڑے پر ایک پتی بنا لیں اور اِس پر نشان 6,5,4 ,3,2,1 لگا لیں۔ (شکل 4.1 الف)

2- نقطہ 1 سے سُوئی کپڑے کے اُوپر سے نکالیں۔ اور نقطہ 2 سے سُوئی کپڑے کی پچھلی طرف لے جائیں۔ پھر نقطہ 3 سے نکال کر نقطہ 4 سے کپڑے کی نچلی طرف لے جائیں۔ کئی ٹانکے لینے کے بعد پتی بھرتی ہوئی نظر آنے لگے گی۔ (شکل 4.2 ب)



شکل نمبر 4.1

2- پھلکاری یا سواتی ٹانکا (Phulkari or Swati Stitch)

یہ ٹانکا سوات اور دوسرے شمالی علاقوں میں کڑھائی کے لیے استعمال ہوتا ہے۔ اور اِس کے لیے ایسا کپڑا استعمال کیا جاتا ہے۔ جس کے تار بآسانی گنے جا سکیں۔ اِس ٹانکے کی خصوصیّت یہ ہے کہ اس کو اُلٹی طرف سے بنایا جاتا ہے۔ اور اس پر کچّے ریشم سے کڑھائی کی جاتی ہے۔ کڑھائی کے لیے عموماً گہرا ریشم مثلاً آتشی گلابی ، پیلا ، عنابی ، ہرا ، جامنی رنگ استعمال ہوتا ہے۔ عموماً یہ کڑھائی سیاہ یا سفید رنگ کے کھدّر پر کی جاتی ہے۔ کُرتوں کے گلے عام طور پر کڑھائی سے بھرے ہوتے ہیں اور باقی حصّے پر پھول بِکھرے ہوتے ہیں۔ اِس کے علاوہ گلے کے نمونے میں مناسب ترمیم کر کے آستین کے کف ، دامن اور شلوار کے پائنچے بنائے جاتے ہیں۔

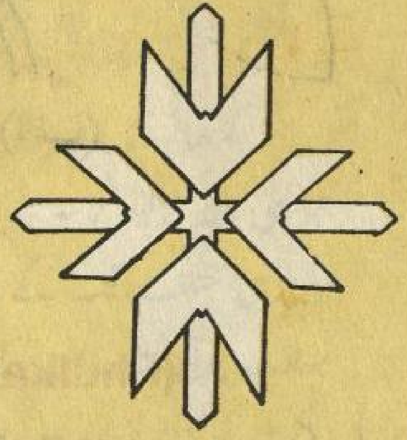
چادروں وغیرہ پر پھلکاری کے نمونے عموماً ایسے ہوتے ہیں۔ کہ پورا کپڑا کڑھائی سے بھرا ہوتا ہے۔ اور کپڑا بالکل نظر نہیں آتا۔ لیکن بعض نمونے ایسے بھی ہوتے ہیں۔ جن میں کپڑا نظر آتا رہتا ہے۔

بنانے کا طریقہ

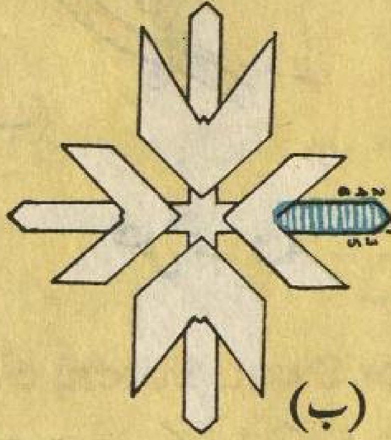
1- سب سے پہلے کپڑے پر نمونہ اُتار لیں۔

2- نمونے کا حاشیہ بنانے کے لیے سُوئی میں ایک تار کا کالا دھاگا ڈالیں اور سیدھے ٹانکے سے اِس کا حاشیہ بنا لیں۔ (شکل 4.2 الف)

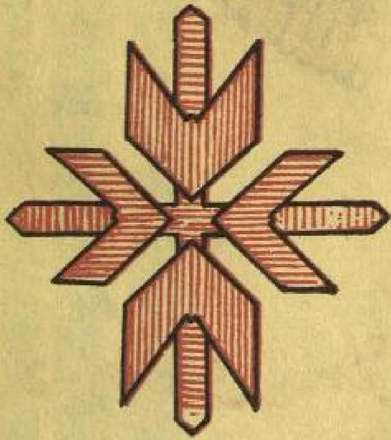
3- بھرائی کرنے کے لیے سُوئی میں ڈالیں۔ سیدھی طرف سے نمبر 1 پر سُوئی نکالیں۔ نمبر 2 سے کپڑے کی نچلی طرف سے دو تار لے کر سُوئی نمبر 3 سے کپڑے کے اُوپر کی طرف نکالیں ۔ اور نمبر 4 سے نچلی طرف لے جا کر دو تار لے کر نمبر 5 پر نکالیں۔(شکل 4.2 ب) اِسی طرح دہراتے رہنے سے نمونہ مکمل ہو جائے گا۔ (شکل 4.2 ج)



(الف)



(ب)



(ج)

شکل نمبر 4.2

3- سندھی ٹانکا (Sindhi Stitch)

یہ ٹانکا سندھ کا مشہور و معروف ٹانکا ہے۔ جو ہر قسم کے کپڑوں پر کڑھائی کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ اِس ٹانکے کو بنانا نہایت آسان ہے۔ لیکن اس میں مہارت حاصل کرنا ضروری ہے۔ کیونکہ اِس ٹانکے میں چند بنیادی ٹانکوں کے سوا تمام کڑھائی انہی ٹانکوں میں سے دھاگا گذارنے سے

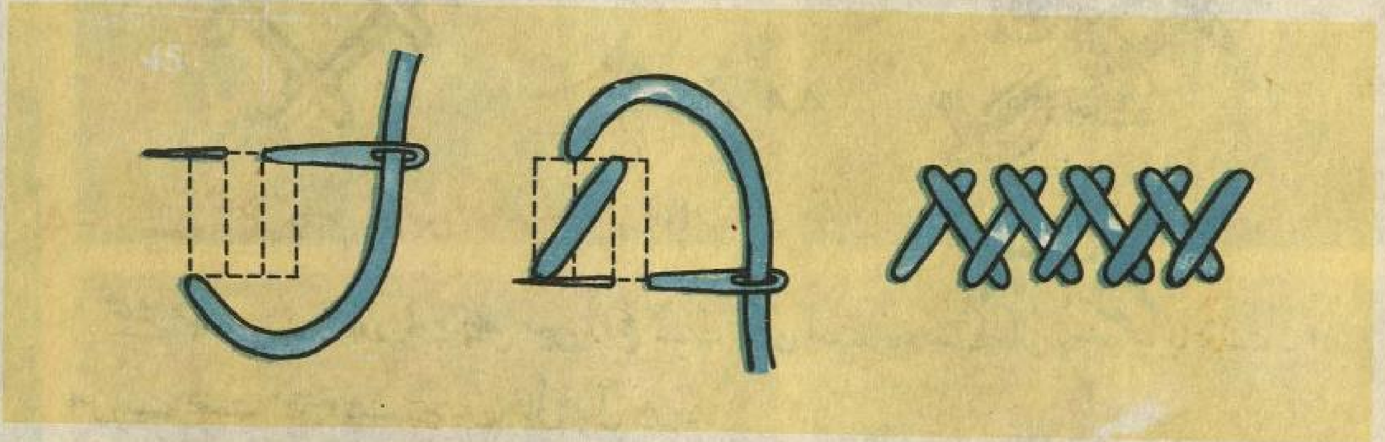
ہوتی ہے ۔ اِس ٹانکے کی بیل بنانے کے لیے بُنیادی ٹانکے لمبے رُخ لیے جاتے ہیں۔ جبکہ ٹکڑی بنانے کے لیے ان کو مربعّ شکل میں بنایا جاتا ہے۔ کڑھائی کے لیۓ عموماً چھ تار کا دھاگا استعمال ہوتا ہے۔ اور بنیادی ٹانکے بنانے کے لیے مچھلی ٹانکا استعمال ہوتا ہے۔

مچھلی ٹانکا بنانے کا طریقہ

1- مچھلی ٹانکا بنانے کے لیے نقطہ 1 کو دیکھتے ہوئے سُوئی کپڑے کے اُوپر سے نکالیں (شکل 4.3)

2- نقطہ 2 پر لے جاتے ہوئے تِرچھا ٹانکا لیں۔

3- سوئی کو کپڑے کی نچلی طرف سے گذارتے ہوئے نقطہ 3 پر باہر نکالیں ۔ اس کے بعد نقطہ 3 سے نقطہ 4 پر تِرچھا ٹانکا لیتے ہوئے نقطہ 5 پر نکالیں ۔ اِسی طرح دہراتے رہنے سے مچھلی ٹانکا مکمل ہو جائے گا۔



شکل نمبر 4.3

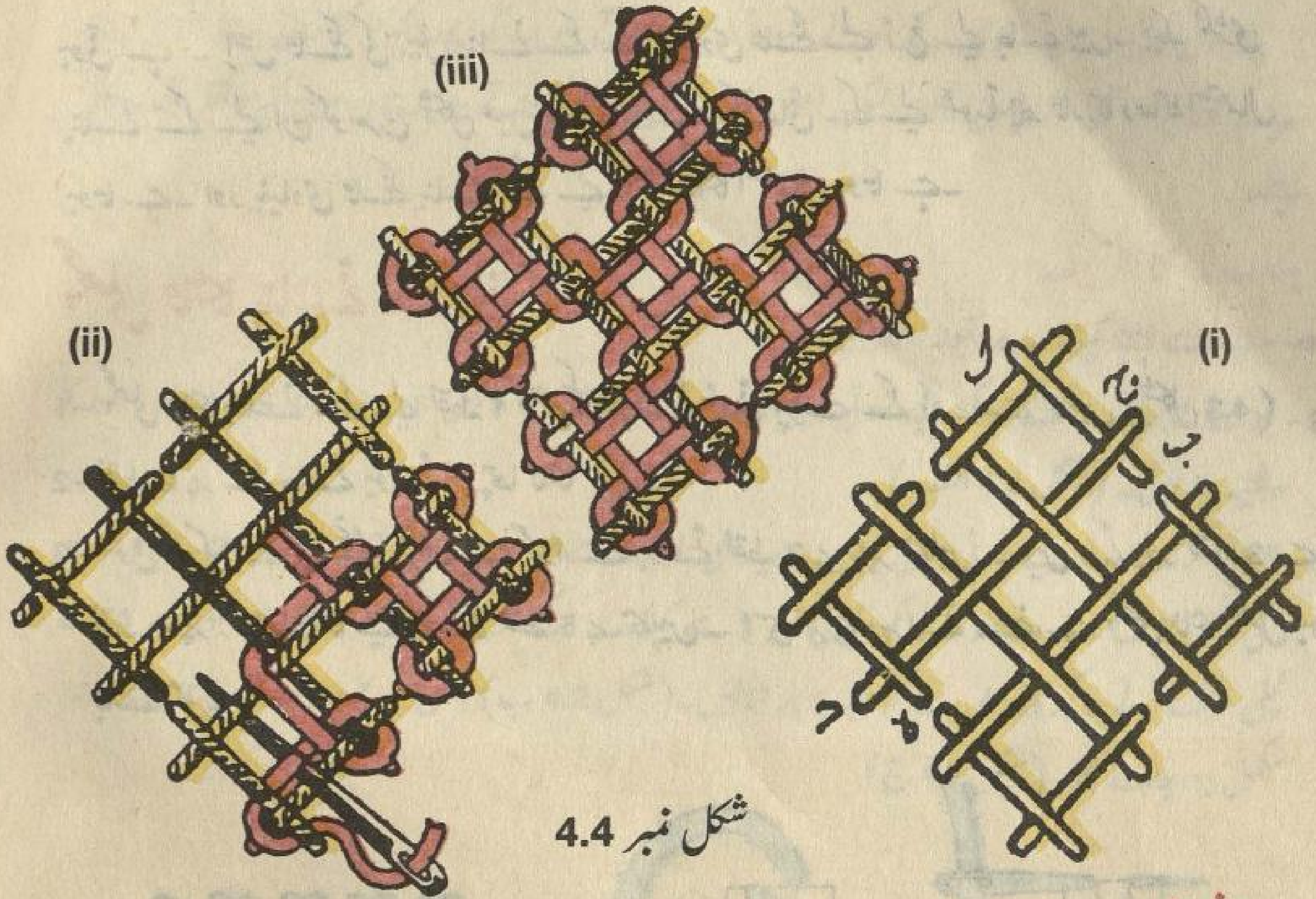
سندھی ٹانکے میں ٹکڑی بنانا

سندھی ٹانکے میں ٹکڑی بنانے کے لیے شکل 4.4 میں نمبر i,ii اور iii کو دیکھتے ہوئے کڑھائی کریں۔

(i) الف سے دھاگا اُوپر لائیں۔ پھر ایک ٹانکا ب سے ج تک لے جائیں۔ پھر ج سے د تک اور د سے ہ تک ٹانکے لیتے ہوئے بُنیادی ٹانکے مکمل کریں۔

(ii) اب م سے بھرائی شروع کریں۔ اور شکل 4.4 (ii) کے مطابق بھرائی کر لیں۔

(iii) سندھی ٹانکے میں ٹکڑی تیار ہے۔ شکل 4.4 (iii)



شکل نمبر 4.4

4- شیشے کا کام (Mirror Work)

شیشے کا کام سندھ اور بلوچستان میں رائج ہے۔ لیکن اسے ہر جگہ یکساں پسند کیا جاتا ہے۔ اور اس سے بہت خوبصورت چیزیں بنائی جاتی ہیں۔

شیشے کا کام چھوٹے چھوٹے گول شیشوں کے ساتھ ٹانکے ملا کر کیا جاتا ہے۔ اور اس کو بیل کی شکل میں یا سارا بھر کر بنایا جاتا ہے۔ شیشے کا کام چھلّے کے ساتھ یا چھلّے کے بغیر دھاگے کا جال بنا کر کیا جاتا ہے۔ چھلّے کے ساتھ بنانا زیادہ آسان ہے۔ اور زیادہ صفائی سے بنتا ہے۔

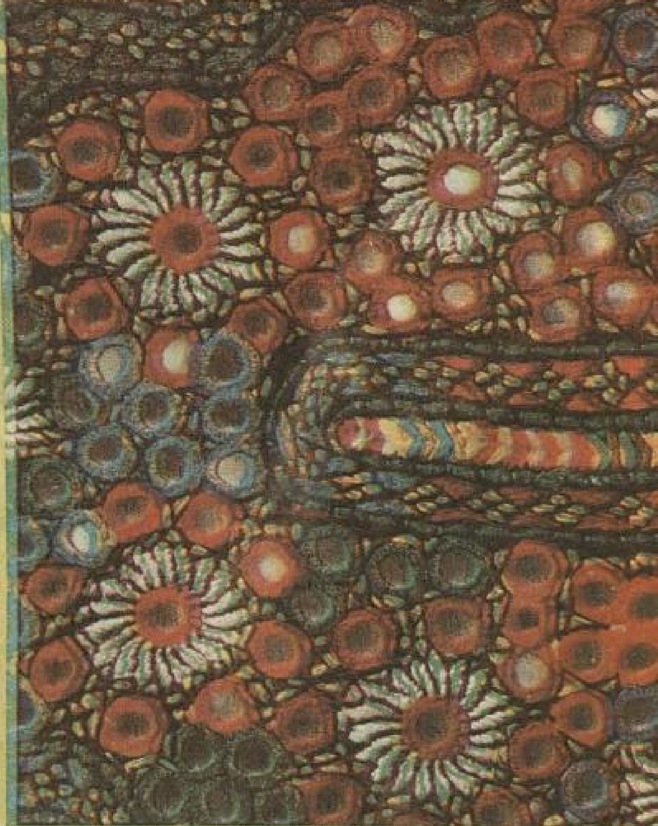
چھلّے کے ساتھ شیشہ لگانے کا طریقہ

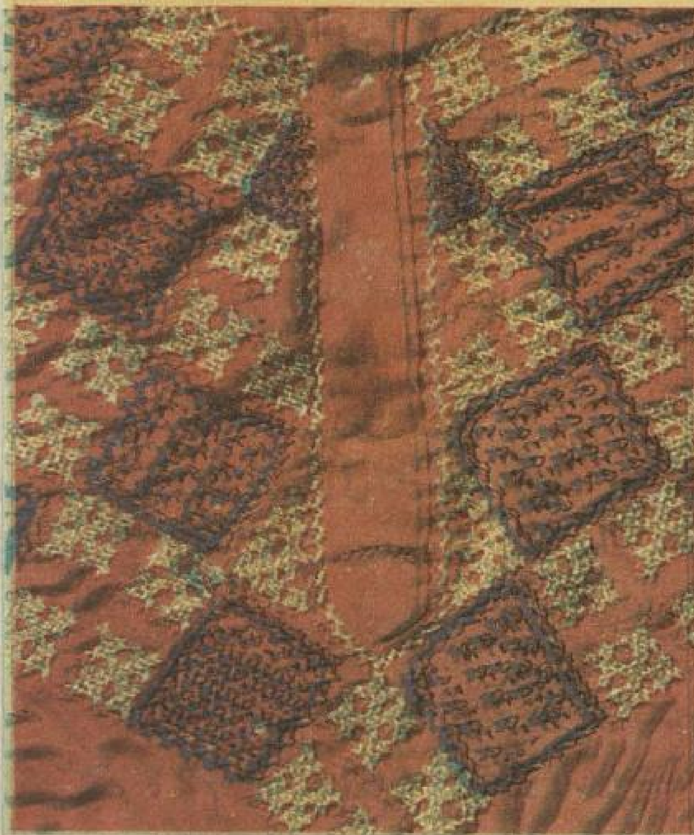
1- شیشے کے چھلّے پر کاج ٹانکا اتنا نزدیک کریں کہ پُورا چھلّا چُھپ جائے۔ (شکل 4.5 الف)

2- ڈیزائن میں جس جگہ شیشہ لگانا ہو اس جگہ پر شیشہ رکھیں اور اس پر تیار کیا ہُوا چھلّا اس طرح رکھیں کہ شیشے کے کنارے چُھپ جائیں۔

آرائشی و علاقائی ٹانکے

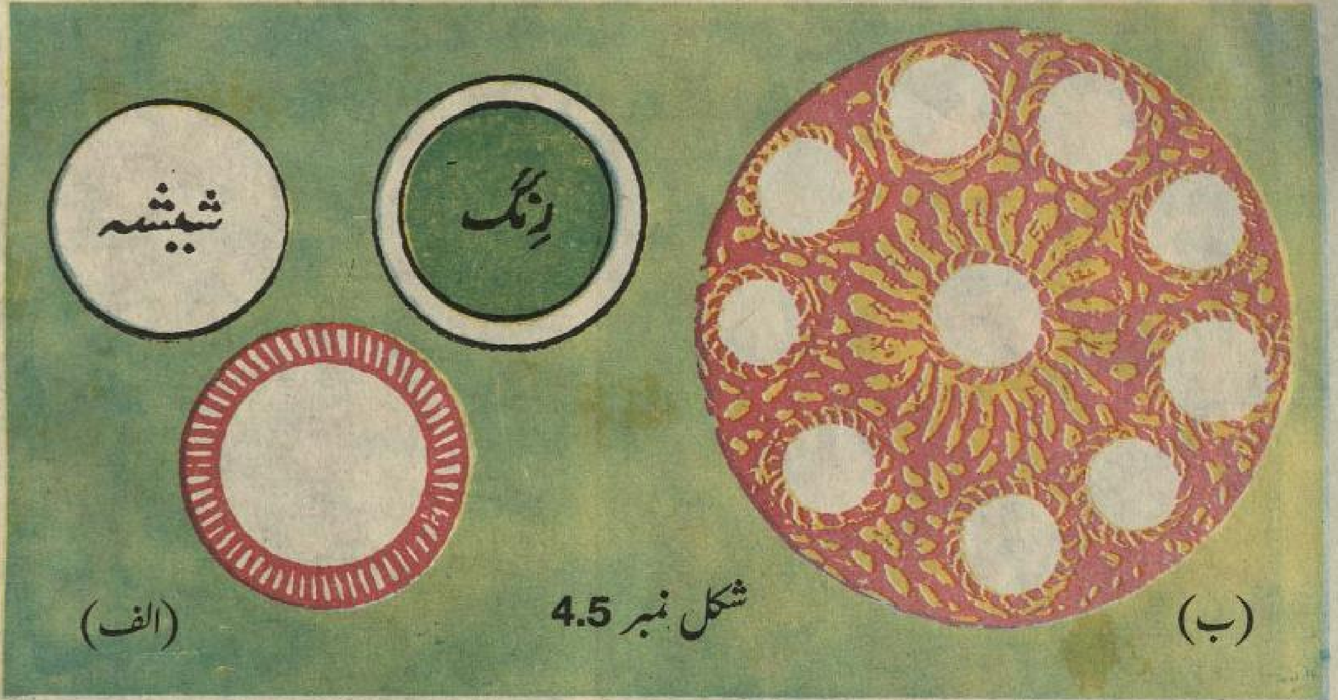








3- اب اِس رنگ کے اُبھرے دھاگے کے ساتھ چھوٹے چھوٹے ٹانکے کاج ٹانکے میں سے لیتے ہوئے کپڑے میں سے نکال لیں۔ اور اسی طرح چھلّے کے پورے دائرے کے ساتھ ساتھ ٹانکے آگے بڑھاتی جائیں۔ دائرہ مکمّل ہونے پر دھاگا پکّا کر کے توڑ لیں۔ (شکل 4.5 ب)



(الف) شکل نمبر 4.5 (ب)

نوٹ :۔ کاج ٹانکے میں سے ٹانکے لیتے وقت اس بات کا خیال رکھیں ۔ کہ یہ ٹانکے اس قدر باریک ہوں کہ اُوپر کی طرف نظر نہ آئیں۔ اور کپڑے کی نچلی طرف ان کی شکل تیپچی کے ٹانکوں جیسی ہونی چاہیے۔

سوالات

1- آرائشی و علاقائی ٹانکوں کی اہمیّت پر نوٹ لکھیں ۔

2- درج ذیل بیانات میں سے درست بیان پر نشان ✔ لگائیں۔

1- کڑھائی ایک نہایت آسان اور دلچسپ فن ہے۔

2- ساٹن ٹانکے میں ٹانکے دُور دور لیے جاتے ہیں۔

3- شیشے کا کام سندھ اور بلوچستان میں رائج ہے۔

4- پھلکاری ٹانکے میں کپڑا بالکل نظر نہیں آتا۔

5- سندھی ٹانکا کڑھائی کے لیے استعمال نہیں ہوتا۔

3- مناسب لفظ لگا کر خالی جگہوں کو پُر کریں۔

1- کڑھائی ایک نہایت ——— اور ——— فن ہے۔

2- ساٹن ٹانکے میں ٹانکے ——— اور سیدھے سیدھے ——— لیے جاتے ہیں۔

3- ——— ٹانکا سوات اور دوسرے شمالی علاقوں میں کڑھائی کے لیے استعمال ہوتا ہے۔

4- سندھی ٹانکے میں بنیادی ٹانکے بنانے کے لیے ——— استعمال کیا جاتا ہے۔

5- شیشے کا کام ——— میں رائج ہے۔



جائزہ

عملی کام ———— ساٹن ٹانکا

نیچے دیے گئے بیانات میں ہر بیان کے سامنے معیاری نمبر دیے گئے۔ طالبہ کے کام کی مناسبت سے متعلقہ خانے میں حاصل کردہ نمبر لگائیں۔

نمبر شمار	خصوصیات	معیاری نمبر	حاصل کردہ نمبر
1-	ساٹن ٹانکا بنانے کے لیے درست نمونے کا انتخاب کیا گیا ہے۔	5	
2-	کڑھائی کی ابتدا و اختتام کے لیے صحیح طریقہ اپنایا گیا ہے۔	5	
3-	ٹانکے نزدیک نزدیک اور صفائی سے لیے گئے ہیں۔	5	
4-	ساٹن ٹانکا دیکھنے میں خوبصورت ہے۔	5	
	کُل نمبر	20	

گریڈ 

دستخط انچارج معلمہ ————

تاریخ ————

جائزہ

عملی کام ——— پُھلکاری / سواتی ٹانکا

نیچے دیے گئے بیانات میں ہر بیان کے سامنے معیاری نمبر دیے گئے۔ طالبہ کے کام کی مناسبت سے متعلقہ خانے میں حاصل کردہ نمبر لگائیں۔

نمبر شمار	خصوُصیات	معیاری نمبر	حاصل کردہ نمبر
-1	نمونے کا انتخاب دُرست ہے۔	5	
-2	کپڑے کا چناؤ صحیح ہے۔	5	
-3	سواتی ٹانکا کپڑے پر صحیح طریقے سے بنایا گیا ہے۔	5	
-4	صحیح دھاگا استعمال ہوا ہے۔	5	
-5	سواتی ٹانکا مکمل ہونے پر خوبصُورت ہے۔	5	
	کُل نمبر	25	

گریڈ

دستخط انچارج معلمہ ———

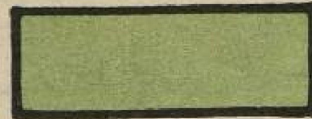
تاریخ ———

جائزہ

عملی کام ——— سندھی ٹانکا

نیچے دیے گئے بیانات میں ہر بیان کے سامنے معیاری نمبر دیے گئے۔ طالبہ کے کام کی مناسبت سے متعلقہ خانے میں حاصل کردہ نمبر لگائیں۔

نمبر شمار	خصوصیات	معیاری نمبر	حاصل کردہ نمبر
-1	ٹانکا بنانے کے لیے صحیح طریقہ استعمال کیا گیا ہے۔	5	
-2	ٹانکوں کی بنائی ڈھیلی نہیں اور بھرائی صحیح طریقے سے کی گئی ہے۔	5	
-3	صحیح دھاگے اور کپڑے کا انتخاب کیا گیا ہے۔	5	
-4	ٹانکا صفائی سے بنایا گیا ہے۔	5	
	کُل نمبر	20	

گریڈ 

دستخط انچارج معلمہ ___________

تاریخ ___________

جائزہ

عملی کام ———— شیشے کا کام

نیچے دیے گئے بیانات میں ہر بیان کے سامنے معیاری نمبر دیے گئے۔ طالبہ کے کام کی مناسبت سے متعلقہ خانے میں حاصل کردہ نمبر لگائیں۔

نمبر شمار	خصوصیات	معیاری نمبر	حاصل کردہ نمبر
1	ٹانکے کی مناسبت سے نمونے کا انتخاب کیا گیا ہے۔	5	
2	شیشے کے گرد کاج ٹانکا صفائی سے کیا گیا ہے۔	5	
3	صحیح دھاگے اور کپڑے انتخاب کیا گیا ہے۔	5	
4	شیشہ لگانے کا طریقہ دُرست ہے۔	5	
5	شیشہ صفائی سے لگایا گیا ہے۔	5	
6	کام دیکھنے میں جاذبِ نظر ہے۔	5	
	کُل نمبر	30	

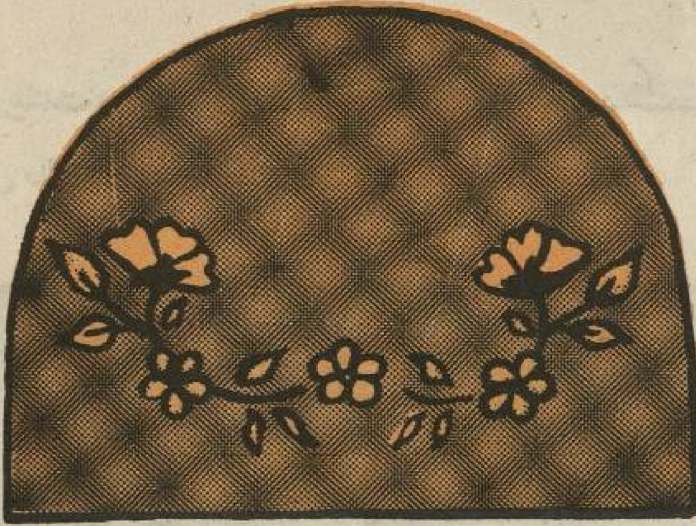
گریڈ

دستخط انچارج معلمہ ————

تاریخ ————

5

مختلف قسم کی چیزیں بنانا



سلائی سیکھنے کے بعد گھریلو استعمال کی چھوٹی چھوٹی چیزیں مثلاً ٹی کوزی کا غلاف ، ٹرے کور اور گڑیا وغیرہ بنانا آسان ہو جاتا ہے۔ کیونکہ اِن کو بنانے میں زیادہ محنت بھی درکار نہیں ہوتی ۔ اور آپ شوق و دلچسپی سے انہیں باآسانی بنا سکتی ہیں۔ جس سے نہ صرف آپ کے اپنے گھر کے خرچ میں کفایت ہو سکتی ہے۔ بلکہ ان چیزوں کو بوقت ضرورت فروخت کر کے آپ اپنی آمدنی میں بھی اضافہ کر سکتی ہیں۔ اور اپنے گھر کو مزید خوبصورت اور آرام دہ بنا سکتی ہیں۔ اس باب میں آپ کو مذکورہ بالا اشیا بنانے کا طریقہ بتایا جائے گا۔ تصاویر و ہدایات کو مدِ نظر رکھتے ہوئے اور اپنی استاد کے مشورے سے ان اشیا کو بنانے میں مہارت حاصل کر لیں۔ تاکہ آپ کی سلیقہ مندی کی داد دی جا سکے ۔

ٹی کوزی کا غلاف (Tea Cosy Cover)

ٹی کوزی باورچی خانے میں استعمال ہونے والی اشیا میں سے ایک مفید شے ہے۔ چائے کو زیادہ دیر تک گرم رکھنے کے لیے ٹی کوزی کا استعمال ضروری ہے۔ ٹی کوزی روئی بھر کر یا فوم لگا کر بنائی جاتی ہے۔ اور اس کے اوپر غلاف چڑھایا جاتا ہے۔ تاکہ فوم یا روئی خراب نہ ہو۔ یہاں پر آپ کو ٹی کوزی کا غلاف بنانے کا طریقہ بتایا جائے گا۔

ٹی کوزی کے غلاف کے لیے کپڑے کا انتخاب

ٹی کوزی چونکہ بہت زیادہ استعمال میں آتی ہے۔ اس لیے اس کا غلاف جلد میلا ہو جاتا ہے۔ اس لیے ضروری ہے کہ غلاف بنانے کے لیے ایسے کپڑے کا انتخاب کیا جائے جو پائیدار ہو۔ آسانی سے دُھل سکے اور اس کا رنگ زیادہ دھلائی سے خراب نہ ہو۔ نیز اس کا رنگ اور ڈیزائن ٹرالی سیٹ یا ٹرے کور کے رنگ اور ڈیزائن سے مطابقت رکھتا ہو۔

عام استعمال کے لیے چھوٹے چھوٹے پرنٹ والا غلاف مناسب رہتا ہے۔ جب کہ خاص خاص مواقع کے لیے سادہ کپڑے پر خوبصورت کڑھائی خاتونِ خانہ کے ذوق اور سلیقہ مندی کی آئینہ دار ہوتی ہے۔

بنانے کا طریقہ :

جس ٹی کوزی کا غلاف بنانا ہو۔ اس کے نچلے حِصّے اور اُوپر کی گولائی کو ناپ لیں۔ ٹی کوزی کا خاکہ آدھے حصّے کا بنے گا اور کٹائی میں کپڑا دوہرا رکھنے سے سائز مکمل ہو جائے گا۔ مثلاً اگر آپ کی ٹی کوزی 40 س م لمبی اور 32 س م چوڑی ہو تو اس کا خاکہ اس طریقے سے بنائیں۔

1- الف ب = 16 س م

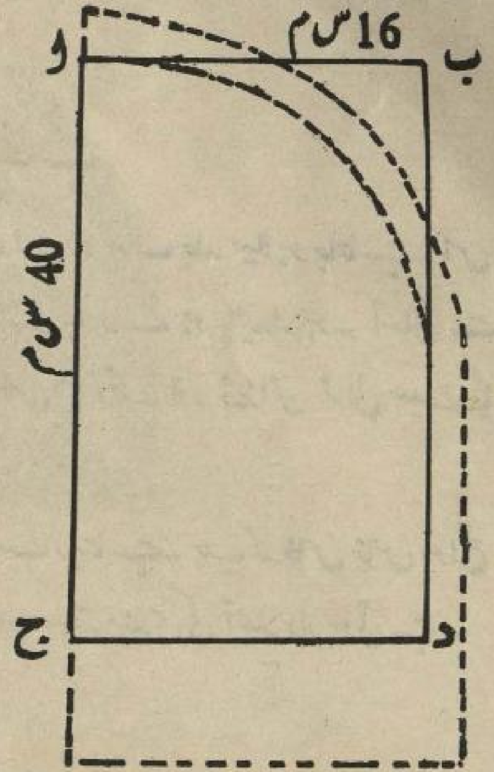
الف ج = 40 س م

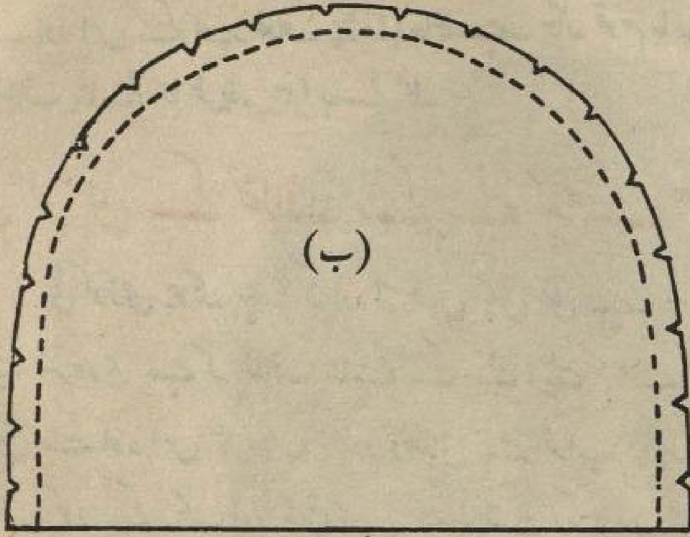
الف ب ج د مستطیل کو مکمل کر لیں۔ اور خاکے کے مطابق اس کی گولائی کر لیں۔ (شکل 5.1 الف)

2- کناروں اور اطراف کی سلائی کے لیے 1 س م اور نچلے حصے کی ترپائی کے لیے 3 س م سلائی کا حق رکھ کر نشان لگا لیں۔

3- سلائی کے حق پر سلائی کر لیں۔ گولائی والے حصّوں پر ٹک لگا لیں۔ (شکل 5.1 ب) اور نچلے حِصّے کو موڑ کر ترپائی کر لیں۔

اگر آپ اس پر کوئی کڑھائی کرنا چاہیں تو اپنی اُستاد کے مشورے سے اس پر ہلکی سی کڑھائی کر لیں۔ لیکن اس صورت میں ٹی کوزی کی سلائی بعد میں کریں۔ مکمل ہونے پر ٹی کوزی کی شکل اس طرح ہونی چاہیے۔ (شکل 5.1 ج)







شکل نمبر 5.1

ٹرے کور (Tray Cover)

ٹرے کور ٹرے کے اوپر بچھایا جاتا ہے۔ اور اس کا استعمال بھی گھروں میں عام ہوتا ہے۔

ٹرے کور کے لیے کپڑے کا انتخاب

ٹرے کور بنانے کے لیے ایسے کپڑے کا انتخاب کیا جائے جو ذرا وزنی اور پائیدار ہو۔ آسانی سے دُھل سکے اور زیادہ دھلائی سے اس کا رنگ خراب نہ ہو۔

ٹرے کور کے لیے عام طور پر سوتی کپڑے کا استعمال موزوں رہتا ہے۔ کیونکہ یہ ٹرے پر مضبوطی سے جما رہتا ہے۔

عام استعمال کے لیے چھوٹے چھوٹے پرنٹ والے کپڑے کا غلاف موزوں رہتا ہے۔ جبکہ خاص خاص مواقع کے لیے سادہ کپڑے پر خوبصورت کڑھائی کی جاتی ہے۔

بنانے کا طریقہ :

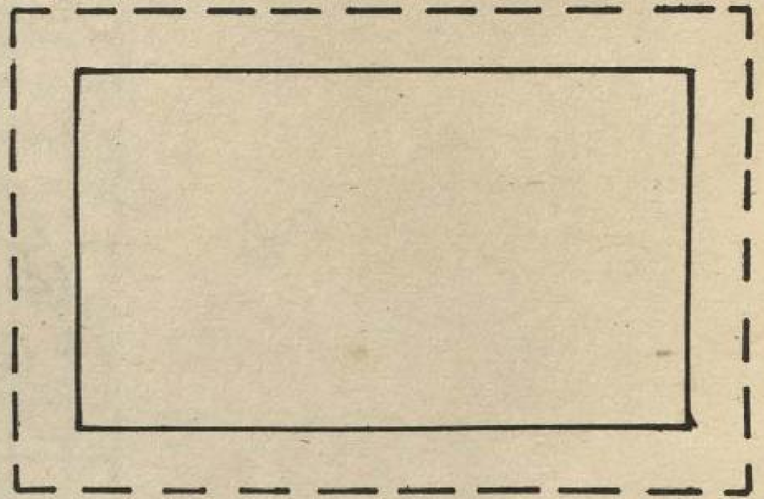
1- جس ٹرے کا آپ کور بنانا چاہتی ہیں۔ اس کی لمبائی اور چوڑائی ناپ لیں۔ ٹرے کور چونکہ ٹرے کے ناپ کے مطابق بنا ہوا ہی مناسب رہتا ہے۔ اس لیے اس کا ناپ احتیاط سے لیں۔ تاکہ یہ بڑا یا چھوٹا نہ رہ جائے۔

2- کپڑے پر کاٹتے وقت چاروں اطراف پر 2.5 س م سلائی کا حق رکھ کر کٹائی کریں۔ (شکل 5.2 الف)

3- سلائی کے حق رکپڑے کو الٹی طرف موڑ کر ترپائی کر لیں۔

4- ترپائی کرنے کے بعد اس کو استری کر لیں۔

5- اگر آپ اس پر کوئی کڑھائی کرنا چاہتی ہوں تو اپنی استاد کے مشورے سے نمونہ کا انتخاب کریں اور ٹرے کور کے چاروں اطراف پر یا مقابل کے کونوں پر خوشنما رنگوں کے دھاگے استعمال کر کے کڑھائی کریں۔ (شکل 5.2 ب)



(الف)



(ب)

شکل نمبر 5.2

گڑیا بنانا

فارغ اوقات میں مختلف قسم کی گڑیاں بنانا اور انہیں طرح طرح کے کپڑے پہنا کر سجانا نوعمر لڑکیوں کا ایک دلچسپ اور دلپسند مشغلہ ہے۔ لڑکیاں ابتدائی عمر سے ہی گڑیاں بنانا شروع کر دیتی ہیں۔ اور وقت گذرنے کے ساتھ ساتھ بعض لڑکیاں اس میں کافی مہارت بھی حاصل کر لیتی ہیں۔

اس باب میں آپ کے لیے گڑیا بنانے کا ایک نہایت آسان اور سادہ طریقہ دیا گیا ہے۔ جس کو بنانے کے بعد آپ گڑیاں بنانے میں کافی مہارت حاصل کر سکیں گی ۔

گڑیا بنانے کے لیے کپڑے کا انتخاب

گڑیا بنانے کے لیے جو کپڑا منتخب کیا جائے وہ مضبوط اور نرم و ملائم سطح کا ہونا چاہیے۔ کیونکہ بچّے نرم کھلونوں سے کھیل کر خُوشی محسوس کرتے ہیں۔

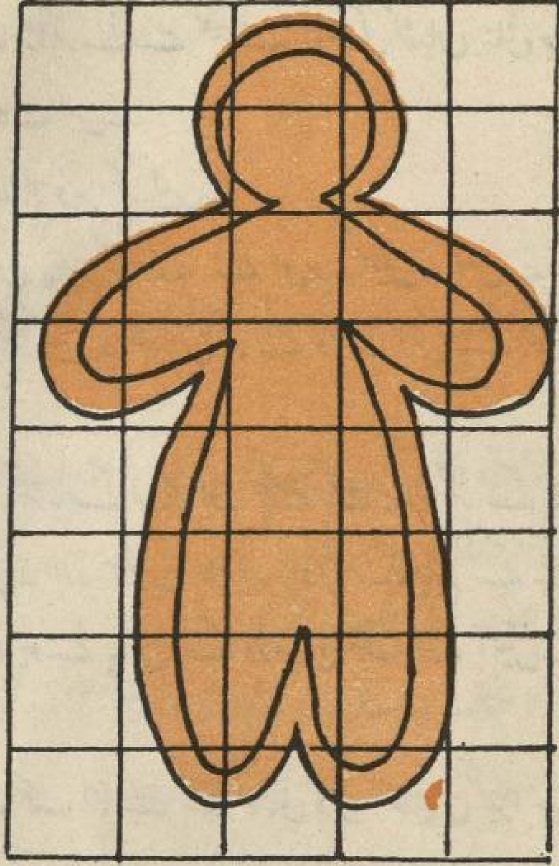
گڑیا بنانے کے لیے عام سُوتی کپڑا زیادہ مناسب رہتا ہے۔ جس کا رنگ پُختہ ہو اور جو دُھلنے پر خراب نہ ہو۔ جسم بنانے کے لیے عموماً ہلکے رنگ یا انسانی جسم سے ملتے جلتے رنگ زیادہ مناسب رہتے ہیں۔

گڑیا بنانے کے لیے ضروری سامان

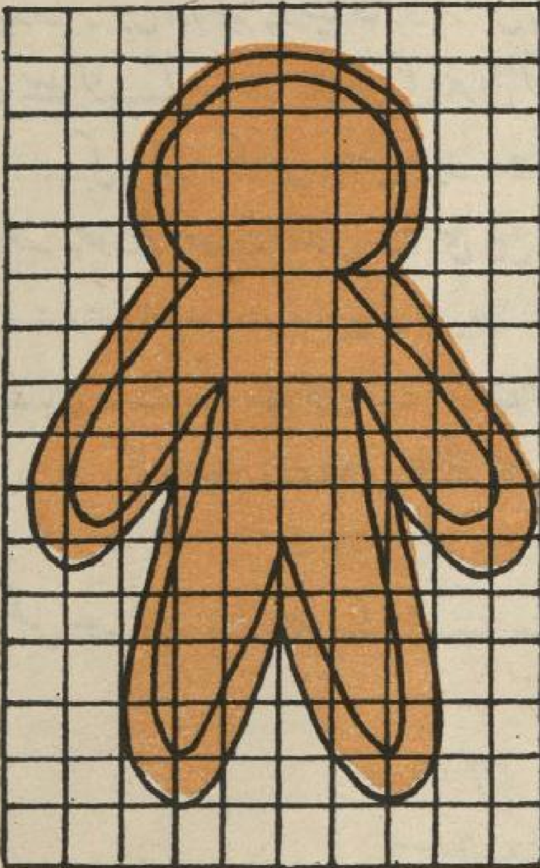
فلالین لٹھا یا کھدر
روئی (بھرائی کے لیے)
رنگین دھاگے (گڑیا کے خدوخال کے لیے)
سیاہ یا براؤن اون (بال بنانے کے لیے)
کاربن پیپر
گتا
سلائی کا ڈبہ

بنانے کا طریقہ

1- سب سے پہلے گڑیا کا پٹرن (Pattern) بنا لیں۔ شکل 5.3 میں گڑیا بنانے کا ایک نہایت سادہ اور



(الف)



(ب)

شکل نمبر 5.3

آسان گراف دیا گیا ہے۔ اسی گراف کو چھوٹا بڑا کرنے سے مختلف سائز کی گڑیاں بنائی جا سکتی ہیں۔

2- گڑیا کے پترن کو گتے پر ٹریس کر کے کاٹ لیں۔

3- کپڑے کی سیدھی طرف اندر رکھ کر کپڑے کو دُہرا کر لیں۔

4- پترن کو کپڑے پر اتارنے کے لیے کاربن پیپر کپڑے کے اوپر رکھیں۔ اس پر گتے کا پترن رکھیں۔ اور پنسل سے اطراف سے ٹریس کر لیں۔ ٹریس کرتے وقت اس بات کا خیال رکھیں کہ پترن اپنی جگہ سے ہلنے نہ پائے۔

5- اب اس نشان پر کپڑے کو کاٹ لیں۔ اور گڑیا کے اگلے اور پچھلے حصے برابر کر کے پن لگا لیں۔

6- مشین میں کپڑے کا ہم رنگ دھاگا ڈالیں۔ اور مشین کا بخیہ پاؤں کے باہر کے حصے سے شروع کریں ہاتھ اور سر کے اطراف سے ہوتے ہوئے پاؤں کے درمیان تک لے آئیں۔ یہاں پر کچھ حصہ بے سلا چھوڑ دیں۔

7- گولائی والی سلائیوں پر ٹک لگا لیں۔ کیونکہ ٹک لگا لینے سے گولائی والی سلائیاں کپڑا سیدھا کرنے پر ٹھیک بیٹھتی ہیں اور کسی قسم کا کھنچاؤ نہیں آتا۔

8- گڑیا کو سیدھا کر لیں اور میز پر سیدھا رکھ کر اس کی بھرائی کر لیں۔

9- سب سے پہلے گڑیا کے سر اور بازوؤں کی بھرائی کریں۔ بھرنے کے لیے پنسل یا اون والی سلائی سے روئی کو اندر کی طرف دھکیلیں۔ اسی طریقہ سے پوری گڑیا کی بھرائی کر لیں۔

10- بے سلا حصہ چھوٹے چھوٹے ٹانکوں سے سی لیں۔

11- گڑیا کے خدوخال احتیاط سے ٹریس کر لیں اور ساٹن ٹانکے سے ان پر کڑھائی کر لیں۔

12- گڑیا کے بال بنانے کے لیے اون کے ٹکڑے اتنی ہی لمبائی کے کاٹیں جتنے لمبے بال آپ رکھنا چاہتی ہیں۔ سر کے درمیان سے انہیں ٹانکے لگا دیں۔ اور نچلی طرف سے کھلے چھوڑ دیں۔ یا چٹیا بنا دیں۔

13- گڑیا مکمل ہونے پر اپنی استاد کے مشورے سے اُسے کوئی لباس پہنا دیں۔



سوالات

1- ٹی کوزی کا غلاف بنانے کے لیے کپڑا کس قسم کا ہونا چاہیے؟ ٹی کوزی کا غلاف بنانے کا طریقہ لکھیں۔

2- ٹرے کور بناتے وقت کن باتوں کو مدِ نظر رکھنا چاہیے؟

3- گڑیا بناتے ہوئے کن ہدایات پر عمل کرنا ضروری ہے؟

4- مناسب لفظ لگا کر خالی جگہوں کو پُر کریں۔

i- ٹی کوزی کا غلاف بنانے کے لیے ایسا کپڑا منتخب کریں جو ـــــــ دُھل سکے ۔

ii- گولائی والے حصّوں پر ـــــــ لگا لیں۔

iii- ٹرے کور کے لیے ـــــــ سُوتی کپڑا موزوں رہتا ہے۔

iv- ٹرے کی ـــــــ اور ـــــــ ناپ لیں۔

v- گڑیا میں ـــــــ یا فوم ربڑ کا چُورا بھر لیں۔

5- درج ذیل بیانات میں سے درست بیان پر نشان ✓ لگائیں۔

i- ٹی کوزی کا غلاف بنانے کے لیے پائیدار کپڑے کا انتخاب کرنا چاہیے۔

ii- ٹرے کور کے لیے موٹا سُوتی کپڑا استعمال نہیں کرنا چاہیے۔

iii- گڑیا کا جسم بنانے کے لیے ہلکے رنگ کا کپڑا استعمال کرنا چاہیے ۔

iv- کپڑے پر نمونہ اتارنے کے لیے کاربن پیپر استعمال نہیں کرنا چاہیے ۔

v- گڑیا کے بازوؤں اور ٹانگوں کی بھرائی اچھی طرح کرنی چاہیے ۔



جائزہ

عملی کام ——— ٹی کوزی کا غلاف

نیچے دیے گئے بیانات میں ہر بیان کے سامنے معیاری نمبر دیے گئے۔ طالبہ کے کام کی مناسبت سے متعلقہ خانے میں حاصل کردہ نمبر لگائیں۔

نمبر شمار	خصوصیات	معیاری نمبر	حاصل کردہ نمبر
1-	ٹی کوزی کا سائز درست ہے۔	5	
2-	خاکے کی گولائی صحیح ہے۔	5	
3-	ٹی کوزی کی سلائی صحیح طریقے سے کی گئی ہے۔	5	
4-	ٹی کوزی کے نچلے حصے کو صحیح طریقہ سے موڑ کر ترپائی کی گئی ہے	5	
5-	غلاف دیکھنے میں موزوں، مناسب اور خوبصورت ہے۔	5	
	کُل نمبر	25	

گریڈ 

دستخط انچارج معلمہ ___________

تاریخ ___________

جائزہ

عملی کام ــــــــــ ٹرے کور

نیچے دیے گئے بیانات میں ہر بیان کے سامنے معیاری نمبر دیے گئے۔ طالبہ کے کام کی مناسبت سے متعلقہ خانے میں حاصل کردہ نمبر لگائیں۔

نمبر شمار	خصوصیات	معیاری نمبر	حاصل کردہ نمبر
1-	ٹرے کور کا سائز صحیح ہے۔	5	
2-	ٹرے کور کے کنارے یکساں جوڑے گئے ہیں۔	5	
3-	ٹرے کور کے کونے صفائی سے بنائے گئے ہیں۔	5	
4-	کناروں پر ترپائی باریک اور ہموار کی گئی ہے۔	5	
5-	ٹرے کور دیکھنے میں خوبصورت ہے۔	5	
	کُل نمبر	25	

گریڈ 

دستخط انچارج معلمہ ــــــــــ

تاریخ ــــــــــ

جائزہ

عملی کام ——— گڑیا بنانا

نیچے دیے گئے بیانات میں ہر بیان کے سامنے معیاری نمبر دیے گئے ہیں۔ طالبہ کے کام کی مناسبت سے متعلقہ خانے میں حاصل کردہ نمبر لگائیں۔

نمبر شمار	خصوصیات	معیاری نمبر	حاصل کردہ نمبر
1-	گڑیا کا خاکہ صحیح طریقے سے بنایا گیا ہے۔	5	
2-	خاکے سے کپڑے پر صحیح کٹائی اور سلائی کی گئی ہے۔	5	
3-	رُوئی کی بھرائی ہموار اور یکساں ہے۔	5	
4-	گڑیا کے چہرے پر خدوخال اور بال صحیح طریقے سے بنائے گئے ہیں۔	5	
5-	گڑیا دیکھنے میں خوبصورت ہے۔	5	
	کُل نمبر	25	

گریڈ

دستخط انچارج معلمہ ———

تاریخ ———

خاندان میں مؤثر طریقے سے رہنا

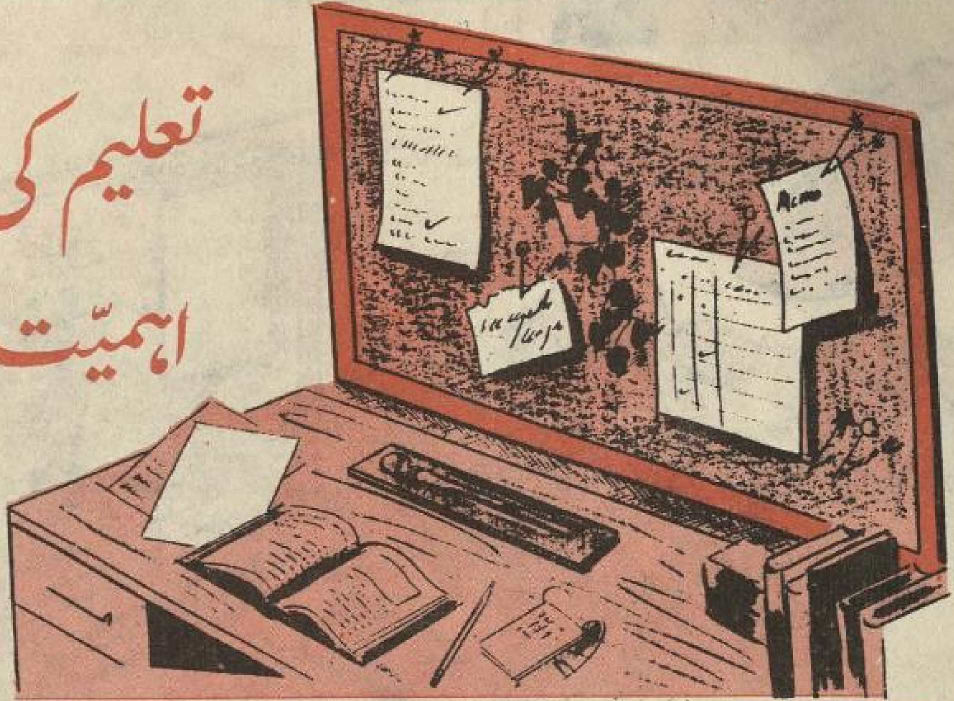






1

تعلیم کی اہمیّت



علم کے معنی جاننا یا واقفیت حاصل کرنا ہیں۔ علم حاصل کرنا ہر ایک کے لیے بہت ضروری ہے۔ کیونکہ انسان کی ساری زندگی علم ہی کی مرہونِ منت ہے۔ علم ایک ایسی خداداد نعمت ہے۔ جو انسان کو عطا کیا گیا ہے۔ علم حاصل کرنے کا سب سے بڑا کمال اللہ تعالیٰ کی پہچان ہے۔ کیونکہ علم حاصل کرنے سے انسان میں وہ صلاحیتیں اجاگر ہو جاتی ہیں۔ جن کی مدد سے وہ اپنی کمزوریوں کی پہچان کر سکتا ہے۔ اور اُن کو ترک کر کے اپنے اندر اچھی خوبیاں پیدا کر سکتا ہے۔

ہمارے مذہب اسلام میں بھی تعلیم کو بہت اہمیّت دی گئی ہے۔ حضور نبی کریم صلّی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا کہ ماں کی گود سے لے کر لحد تک ہر مُسلمان مرد اور عورت پر تعلیم فرض ہے۔ اور تعلیم حاصل کرنے کے لیے تمہیں اگر چین بھی جانا پڑے تو جاؤ۔

الغرض یہ کہ قرآن مجید میں بھی جگہ جگہ علم کی فضیلت بیان کی گئی

ہے۔ کیونکہ علم کی کوئی انتہا نہیں اور یہ ایک ایسی انمول دولت ہے۔ کہ جو چرائی نہیں جا سکتی اور اس کو جتنا خرچ کیا جائے ۔ اس میں اُسی قدر اضافہ ہو جاتا ہے۔

لہٰذا ایک کامیاب زندگی گذارنے کے لیے علم حاصل کرنا نہایت ضروری ہے۔ اور بحیثیت طالب علم ہمارا یہ فرض ہے کہ ہم حصُول علم پر بھرپور توجہ دیں۔ کیونکہ اس سے نہ صرف یہ کہ ہمیں فائدہ پہنچے گا بلکہ اس سے ہمارے مُلک و قوم کو بھی فائدہ حاصل ہو گا۔

تعلیم کے فوائد

تعلیم حاصل کرنے کے بے شمار فوائد ہیں ۔ مثلاً

1- تعلیم کے ذریعے انسان کی اخلاقی اور ذہنی نشوونما ہوتی ہے۔
2- تعلیم کے ذریعے افراد کے درمیان نظم و ضبط پیدا ہوتا ہے۔
3- تعلیم کے ذریعے انسان اپنے ماحول کے بارے میں جانتے کے قابل ہو جاتا ہے۔ یعنی وہ اپنے آپ کو مناسب ماحول میں ڈھال سکتا ہے۔ نیز ماحول کو اپنے مقاصد کے مطابق بنا سکتا ہے۔
4- تعلیم کے ذریعے انسان میں اپنے آپ کو سمجھنے اور اپنی شخصیت کا جائزہ لینے کی اہلیت پیدا ہوتی ہے۔
5- تعلیم حاصل کرنے سے افراد میں خوداعتمادی اور لگن پیدا ہوتی ہے۔ اور زندگی کے مختلف شعبوں مثلاً زراعت ، صنعت ، تجارت ، بینکاری ، انجنیئرنگ ، ڈاکٹری وغیرہ کی کارکردگی بڑھ جاتی ہے۔
6- تعلیم ہی کے ذریعے انسان میں اپنی موجودہ اور آئندہ زندگی کے تقاضے پورے کرنے کی صلاحیت اور قابلیت پیدا ہوتی ہے۔ اور اُسے اپنے پسندیدہ پیشے کا انتخاب کرنے میں آسانی رہتی ہے۔
7- تعلیم کے ذریعے مُلک و قوم کی ترقی میں مدد ملتی ہے۔ کیونکہ تعلیم نوجوانوں کی ذہنی صلاحیتوں کو نکھارتی ہے۔ اور ہر عمل میں ان کی رہنمائی کرتی ہے۔
8- تعلیم سے کردار اور شخصیت میں پختگی پیدا ہوتی ہے۔ لہٰذا گھرانے کے تعلیم یافتہ افراد خاندان، معاشرے اور ملک کے بہترین رُکن ثابت ہو سکتے ہیں۔

تعلیم یافتہ فرد کی حیثیت سے آپ کی ذمہ داریاں

ایک تعلیم یافتہ لڑکی اپنے لیے ، اپنے گھر کے لیے اور اپنے معاشرے کے لیے بہترین ثابت ہونے کے لیے اپنے گھریلو رہن سہن کو تعلیم کی بدولت پسندیدہ بنا سکتی ہیں۔ معاشرہ خاندانوں سے بنتا ہے۔ اور خاندان افراد سے بنتے ہیں ۔ اس لیے جس معاشرے میں تعلیم یافتہ خاندانوں کی اکثریت ہوتی ہے۔ وہ معاشرہ ایک بہترین معاشرہ کہلاتا ہے۔ اور اپنی عمدہ کارکردگی کی بناء پر عزت و وقار کا حامل ہوتا ہے۔ اس لیے ایک تعلیم یافتہ فرد ہونے کی حیثیت سے آپ پر کچھ ذمہ داریاں عائید ہوتی ہیں۔ مثلاً

1- دوسروں کو علم کے فائدے بتانا اور ان کو علم حاصل کرنے کی طرف راغب کرنا ۔
2- ناخواندہ افراد کو پڑھنا لکھنا سکھانا۔
3- اپنی تعلیم سے حاصل کردہ اچھی باتوں کی خود پیروی کر کے دوسروں کے لیے اچھی مثال بننا ۔
4- اپنے اچھے طور طریقوں سے دوسروں کی بری عادات کی اصلاح کرنا ۔
5- معاشرے کے افراد کی اصلاح کر کے انہیں معاشرہ کا ایک اچھا اور تعلیم یافتہ فرد بنانا۔

الغرض یہ کہ جس قوم کے بیشتر افراد تعلیم یافتہ ہوتے ہیں۔ وہ ملک زندگی کے ہر شعبے میں ترقی کرتا ہے۔ کیونکہ جس ملک کے افراد تعلیم یافتہ ہوتے ہیں۔ وہ ملک اپنی ضروریات زندگی کو پورا کرنے اور مُلکی ترقی کے لیے دوسروں کے محتاج نہیں ہوتے اور اپنی زندگی اپنی مرضی کے مطابق گذارتے ہیں۔

سوالات

1- عِلم حاصل کرنے کی کیا اہمیّت ہے ؟ نوٹ لکھیں۔
2- تعلیم کے فوائد تحریر کریں۔
3- درجِ ذیل بیانات میں سے درست بیان پر نشان ✓ لگائیں۔
الف ۔ تعلیم کے ذریعے ذہنی نشوونما اور اخلاقی و رسمی نظم و ضبط حاصل ہوتا ہے۔
ب ۔ جس معاشرے میں جتنے زیادہ افراد تعلیم یافتہ ہوں وہ ایک بہترین معاشرہ ہو گا۔

ج ۔ تعلیم حاصل کرنے کا کوئی فائدہ نہیں۔

د ۔ زندگی کے مختلف شعبوں کی کارکردگی کا انحصار اس میں کام کرنے والوں کی صلاحیت پر نہیں ہوتا۔

ہ ۔ ناخواندہ افراد کو پڑھنا لکھنا سکھانا کوئی ضروری نہیں۔

4- مناسب لفظ لگا کر خالی جگہوں کو پُر کریں۔

الف ۔ علم کے معنی ـــــــ یا ـــــــ کرنا ہیں۔

ب ۔ علم ایک ـــــــ نعمت ہے۔

ج ۔ علم کی کوئی ـــــــ نہیں ۔ یہ ایک ـــــــ دولت ہے۔

د ۔ تعلیم کے ذریعے ـــــــ کے درمیان ـــــــ پیدا ہوتا ہے۔

ہ ۔ جس ـــــــ میں تعلیم یافتہ افراد کی اکثریت ہوتی ہے۔ وہ معاشرہ ایک ـــــــ کہلاتا ہے۔



2



گھریلو کام کاج
(کپڑوں کی دیکھ بھال)

مِل جُل کر کام کرنا

گھر ایک حکومت کی مانند ہے۔ جس طرح کسی حکومت کو خوش اسلوبی سے چلانے کے لیے ایک سربراہ اور اس کی مدد کے لیے بہت سے مشیروں کی ضرورت ہوتی ہے اسی طرح گھر کو چلانے کے لیے والدین کے ساتھ ساتھ مددگاروں اور گھر کے دوسرے افراد کی ضرورت ہوتی ہے۔ گھر کی ذمے داریاں مختلف کاموں میں بٹی ہوتی ہیں۔ مثلاً کھانا پکانا، برتن صاف کرنا، گھر کی صفائی، کپڑوں کی دھلائی و استری کرنا، لباس کی سلائی اور دیکھ بھال کرنا وغیرہ وغیرہ۔ یہ سب کام خوش اسلوبی سے سرانجام دینا ایک انسان کے بس سے باہر ہیں۔ اس لیے گھر میں خوشگوار ماحول پیدا کرنے کے لیے اِن ذمہ داریوں اور کاموں میں ہاتھ بٹانا گھر کے تمام افراد کا اہم فریضہ ہے۔ مثال کے طور پر آپ اپنی والدہ کی مختلف کاموں میں مدد کر سکتی ہیں۔ مثلاً سبزی بنانا، آٹا گوندھنا، برتن دھونا، صفائی یا

جھاڑ پونچھ کرنا ، چھوٹے بہن بھائیوں کے کپڑے دھونا اور استری کرنا وغیرہ وغیرہ ۔

گھر کے کاموں میں والدہ کی مدد کرنے سے نہ صرف آپ کو یہ احساس ہو گا کہ آپ گھر کی ایک اہم فرد ہیں۔ بلکہ اس سے آپ میں خوداعتمادی آئے گی، کام کرنے کی عادت پڑے گی اور مختلف کاموں میں مہارت حاصل ہوگی۔ اس کے علاوہ مختلف کاموں میں والدہ کی مدد کرنے سے وقت کی بچت ہو گی اور کام بٹ جانے سے زیادہ آسان ہو جائے گا۔ گھر کے تمام افراد کو مِل جل کر کام کرنا چاہیے ۔ اس طرح ہر ایک کو اپنی ذمہ داری کا احساس ہو گا اور کسی پر بھی کام کا زیادہ بوجھ نہیں پڑے گا۔

اوقاتِ کار کی منصُوبہ بندی

مختلف گھریلو کاموں کو سرانجام دینے کے لیے ان کی منصوبہ بندی کرنا ضروری ہے۔ کیونکہ اس سے کام آسانی سے اور جلد ہو جاتا ہے۔ وقت کی منصوبہ بندی کرنے کے لیے مندرجہ ذیل باتوں کو مدِ نظر رکھنا ضروری ہے۔ مثلاً

1- منصُوبہ میں اہم کاموں کو فوقیت دینی چاہیے۔
2- جسمانی مشقّت کے کام صبح کے وقت کرنے چاہییں۔
3- ہر کام کے لیے وقت کا تعیّن کرنا چاہیے ۔ اور اسی مقررہ وقت پر وہ کام ختم کرنے کی کوشش کرنی چاہیے ۔
4- منصوبہ میں ترمیم کی گنجائش ہونی چاہیے ۔
5- منصوبہ کی حتی الامکان پابندی کرنی چاہیے ۔

اگلے صفحے پر اوقات کار کے گوشوارے کا ایک نمونہ دیا گیا ہے۔ اس کو مدِ نظر رکھتے ہوئے آپ اپنے لیے اوقات کار کا ایک گوشوارہ تیار کر سکتی ہیں۔

کپڑوں کی دیکھ بھال

کپڑوں کو صحیح حالت میں رکھنے اور ان کو دیرپا اور پائیدار بنانے کے لیے ضروری ہے کہ ان کی مناسب اور باقاعدہ دیکھ بھال کی جائے۔ کپڑوں کی مناسب دیکھ بھال اور حفاظت کرنے سے کپڑے ہر مرتبہ پہننے پر نئے معلوم دیتے ہیں۔ اور کافی عرصے تک قابل استعمال رہتے ہیں۔ کپڑوں کی دیکھ بھال

اوقات کار کے گوشوارے کا ایک نمونہ

نمبر شمار	کام جو آپ کرنا چاہتی ہیں	وقت جو ان کاموں پر صرف کرنا ہے
1	صبح اُٹھ کر ضروریات سے فارغ ہونا اور عبادت کرنا	5-30 سے 6-30
2	اسکول کی تیاری کرنا	6-30 سے 7-00
3	ناشتہ کرنا	7-00 سے 8-00
4	اسکول جانا	8-00 سے 1-30
5	اسکول سے واپسی پر کپڑے تبدیل کرنا اور کھانا کھانا	1-30 سے 2-30
6	ظہر کی نماز پڑھنا	2-30 سے 3-00
7	آرام کرنا/ ہوم ورک کرنا	3-00 سے 5-30
8	عصر کی نماز پڑھنا	5-30 سے 5-40
9	شام کی چائے بنانا اور پیش کرنا	5-40 سے 6-15
10	والدہ کا ہاتھ بٹانا/ یونیفارم دھونا	6-15 سے 7-15
11	مغرب کی نماز پڑھنا	7-15 سے 7-30
12	ٹی ۔ وی دیکھنا	7-30 سے 9-00
13	رات کا کھانا کھانا	9-00 سے 9-30
14	کھانا کھا کر برتن اُٹھانا اور اُنھیں دھونا	9-30 سے 10-00
15	اسکول کی یونیفارم استری کرنا	10-00 سے 10-15
16	عشاء کی نماز پڑھنا	10-15 سے 10-45
17	رات کو سونا (آرام کرنا)	10-45 سے 5-30
	کُل وقت	ایک دن

روزانہ ، ہفتہ وار اور سالانہ ہوتی ہے۔

کپڑوں کی روزانہ دیکھ بھال (Daily Care of Clothes)

روزانہ استعمال کے کپڑوں کو اگر استعمال کے بعد اِدھر اُدھر پھینک دیں یا پھر اتار کر فوراً تہ لگا کر الماری یا صندوق وغیرہ میں رکھ دیں۔ تو اس سے کپڑے کی رنگت خراب ہو جاتی ہے۔ اور اس میں بُو پیدا ہو جاتی ہے۔ جس سے کپڑے کی عمر آدھی رہ جاتی ہے۔ اس لیے کپڑوں کی مناسب دیکھ بھال کے لیے مندرجہ ذیل اقدامات پر عمل کرنا نہایت ضروری ہے۔

1- ہوا لگوانا

کپڑوں کو تبدیل کرنے کے بعد کچھ دیر کے لیے کسی کرسی یا ہینگر پر لٹکا دیں تاکہ ان میں سے جسم کی بُو وغیرہ ختم ہو جائے اگر بغلوں میں پسینہ آتا ہو تو اس کے لیے قمیض کو اتارنے کے فوراً بعد اس کی بغلوں والے حصے کو نل کے پانی سے دھو کر ہوا میں لٹکا کر دیں ۔ اس سے قمیض کی بغلیں باقی کپڑے کی طرح بالکل نرم رہیں گی اور ان میں بُو بھی پیدا نہیں ہو گی۔

جوتوں کو بھی اتار کر تھوڑی دیر کے لیے ہوا میں رہنے دیں۔ تاکہ پسینہ یا پاؤں کی بُو جاتی رہے۔

2- متعین مقام پر رکھنا

کپڑوں کو رکھنے کے لیے ایک خاص جگہ مقرر ہونی چاہیے ۔ **مثلاً الماری** ، صندوق وغیرہ ۔ خشک کپڑوں کو استری کر کے الماری میں ہینگر پر لٹکا دیں ۔ یا تہ لگا کر الماری کے خانے یا صندوق میں رکھ دیں۔

جوتوں کو بُرش اور کپڑے سے صاف کر کے مقررہ جگہ پر حفاظت سے رکھ دیں۔

دستانوں ، سویٹروں ، رومالوں ، جرابوں ، شمیضوں ، انڈرویئر وغیرہ کو بھی حفاظت سے اُن کی مخصوص جگہ پر رکھ دیں۔

3- مرمت کرنا

کپڑوں کو اتارنے کے بعد روزانہ اُن کا جائزہ لے کر چھوٹی موٹی مرمت کرتی رہیں۔ تاکہ کپڑا مزید خراب نہ ہو۔

4- دھلائی کرنا

شلوار ، قمیض ، دوپٹے وغیرہ کی روزانہ دھلائی تو درکار نہیں ہوتی لیکن تمام زیر جامے اور ایسے کپڑے جو براہِ راست بدن پر پہنے جاتے ہیں۔ مثلاً شمیض ، بنیان ، انڈرویئر ، رومال ، جرابیں وغیرہ انہیں روزانہ دھونا ضروری ہے۔ کیونکہ یہ بدن سے بُو، میل اور پسینہ براہِ راست زیادہ سے زیادہ مقدار میں جذب کرتے ہیں اور انہیں اگلے روز پہننے سے ان میں بُو آنے لگتی ہے۔ اس لیے ہر شخص کے پاس ان کے کم از کم دو جوڑے ہونے چاہییں تاکہ ایک جوڑا پہنا جائے اور دوسرا اتار کر روزانہ دھو لیا جائے۔

ہوزری اور زیر جاموں کو دھونے کے لیے نیم گرم پانی میں صابن کی خوب جھاگ بنا کر پانچ سے سات منٹ تک بھگوئے رکھیں تاکہ سارا میل کچیل نرم ہو جائے ۔ پھر احتیاط سے مل کر صاف پانی سے اچھی طرح دھو لیں۔ اور نچوڑ کر دھوپ میں خشک ہونے کے لیے ڈال دیں۔

5- استری کرنا

روزانہ استعمال کے کپڑوں کو ہوا لگوانے ، دھونے کے بعد خشک ہونے پر استری کر کے تہ لگائیں یا ہینگر پر لٹکا کر رکھیں۔ تاکہ بوقتِ ضرورت پہننے کے لیے کپڑے تیار ملیں۔

استری کا درجہ حرارت کپڑے اور ریشے کے مطابق رکھنا چاہیے تاکہ ریشے کو نقصان نہ پہنچے۔

کپڑوں کی ہفتہ وار دیکھ بھال

کپڑوں کی ہفتہ وار دیکھ بھال کے لیے عام طور پر چھٹی کا دن مناسب رہتا ہے۔ اور اس میں مندرجہ ذیل کام شامل ہیں۔

1- کپڑوں کی سلائی و مرمت

2- کپڑوں کی دھلائی

3- کپڑوں کو مقررہ مقام پر رکھنا

1- کپڑوں کی سلائی و مرمت

کپڑوں کو دھونے سے پہلے اُن کی مرمّت کرنا ضروری ہے۔ کیونکہ دُھلائی میں اُن کے مزید پھٹنے یا دھاگے نکلنے کا خدشہ رہتا ہے۔ قمیضوں ، کُرتوں وغیرہ کے جو بٹن آدھے ٹُوٹے ہوئے ہوں انہیں

بھی علٰحدہ کر کے نئے بٹن لگائیں۔ بعض اوقات بٹن تو ثابت ہوتا ہے لیکن ٹانکے کچّے ہو چکے ہوتے ہیں۔ اس صورت میں ہر بٹن کو ذرا کھینچ کر دیکھ لیں۔ جو بٹن کچّا محسوس ہو اُسے مضبوطی سے دوبارہ لگا لیں۔

2- کپڑوں کی دھلائی

کپڑوں کی دھلائی درج ذیل مراحل سے گذر کر ہوتی ہے۔ مثلاً

الف ۔ کپڑوں کو اکٹھا کرنا اور چھانٹنا

ب ۔ داغ دھبے دور کرنا

ج ۔ بھگونا

د ۔ دھونا

ہ ۔ نچوڑنا

ل ۔ سکھانا

م ۔ استری کرنا

الف ۔ کپڑوں کو اکٹّھا کرنا اور چھانٹنا

گھر کے تمام افراد کو میلے کپڑے ایک ہی جگہ رکھنے چاہییں تاکہ دھلائی کے وقت کپڑوں کو جگہ جگہ سے اکٹھا کرنے میں وقت اور قوّت ضائع نہ ہو۔ اکثر گھروں میں میلے کپڑے رکھنے کی جگہ یا تو ایک خاص الماری ہوتی ہے یا الماری کا ایک خانہ یا بید کی بنی ہوئی بڑی بڑی ٹوکریاں جن میں ہر شخص اپنے میلے کپڑے تہ کر کے رکھ دیتا ہے تاکہ تھوڑی جگہ پر زیادہ سے زیادہ کپڑے آسکیں۔ اگر گھر چھوٹا ہو اور میلے کپڑے رکھنے کا صحیح انتظام نہ ہو تو اس کے لیے کسی مضبُوط کپڑے کا بڑا سا تھیلا سی کر اس کے کھلے مُنہ کے سرے میں مضبوط ڈوری یا سُوت کی رسی ڈال دیں۔ اس ڈوری کو کھینچنے سے اس کو کھولنا اور بند کرنا آسان ہو جاتا ہے۔ اِس تھیلے کو غُسل خانے کے دروازے کے پیچھے یا سٹور میں دروازے کے پیچھے لٹکایا جا سکتا ہے۔ گھر کے ہر فرد کو اپنے میلے کپڑے اُتار کر اس میں ڈالنے کی عادت ہونی چاہیے۔ جب دُھلنے والے کپڑے جمع ہو جائیں تو رنگوں اور ریشوں کے لحاظ سے انہیں مندرجہ ذیل طریقے سے علٰحدہ کر لیں۔

الف ۔ سفید اور ہلکے مگر پکّے رنگوں کے سُوتی اور لینن کے کپڑے۔

ب ۔ تیز رنگوں کے سوتی اور لینن کے کپڑے

ج ۔ سفید اور پکّے رنگوں کے ریشمی ، نائلون اور ڈیکرون کے کپڑے

د ۔ اُونی اور نیم اُونی کپڑے

بعض کپڑے دھونے کے لیے خاص احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے۔ اِس لیے ان کو علحٰدہ دھونا چاہیے ۔ مثلاً کچّے رنگ دار کپڑے، موزے ، دستانے ، سویٹر وغیرہ ۔ اس کے علاوہ جسم کے ساتھ لگنے والے کپڑے مثلاً بنیان اور شمیض وغیرہ بھی باقی کپڑوں سے علحٰدہ دھونے چاہییں۔

ب ۔ داغ دھبّے دُور کرنا

اگر کپڑوں پر داغ دھبّے لگے ہوں تو کپڑے اور دھبّے کی نوعیت کے مطابق مناسب محلول استعمال کر کے دھبّا دُور کریں۔ دھبّے کو فوری دُور کرنا چاہیے ۔ ہمیشہ پہلے سادہ ترین طریقے سے یعنی دھو کر کُھلی ہَوا میں رکھنے سے دھبّا دور کرنے کی کوشش کریں۔ اور جس حصّہ پر دھبّا لگا ہو صرف اس حصّے پر دھبّا دُور کرنے کا محلول استعمال کریں۔ تیز محلول استعمال کرنے کی بجائے ہلکا محلول بار بار استعمال کرنا زیادہ بہتر رہتا ہے۔ اگر کسی تیز محلول کا استعمال درکار ہو تو اُسے کپڑے کے ایک کونے یا کپڑے کے کسی چُھپے ہُوئے حِصّے پر استعمال کر کے دیکھیں۔ تاکہ اگر کپڑے کو نقصان بھی پہنچ جائے تو وہ بے کار نہ ہو۔

زیادہ تر دَھبّے گاڑھے صابن کے محلول یا دھبّے والے حصّے پر بہت سا صابن کا پاوڈر ڈال کر دیر تک رگڑنے سے دُور ہو جاتے ہیں۔

ج ۔ بھگونا

قمیضوں کے بٹن اور زِپ وغیرہ بند کر لیں۔ کالر اور کف کھول دیں۔ اگر کپڑے زیادہ میلے ہوں تو انہیں صابن اور گرم پانی کے محلول میں کم از کم ایک ڈیڑھ گھنٹہ بھگوئے رکھیں۔ لیکن اگر کپڑے زیادہ میلے نہ ہوں تو پھر بھی انہیں صابن اور پانی کے محلول میں دس پندرہ منٹ کے لیے ضرور بھگوئیں۔ کیونکہ بھگونے سے کپڑوں کی میل پُھول جاتی ہے اور انہیں زیادہ رگڑنا نہیں پڑتا۔ نیز کپڑے آسانی سے اور جلد صاف ہو جاتے ہیں۔ ریشمی اور اُونی کپڑوں کو بھگونا نہیں چاہیے۔

د ۔ دھونا

ہر کپڑے کو اس کے ریشے کے لحاظ سے گرم یا ٹھنڈے پانی اور ہلکے یا تیز صابن کے محلول میں

دھوئیں۔ اگر بہت میلے کپڑوں کو آپ نے کافی دیر بھگویا ہے تو ایک بار رگڑنے کے بعد کپڑوں کو نئے صابن کے محلول میں دھوئیں۔ ریشمی کپڑوں کے لیے نیم گرم پانی کی ضرورت ہوتی ہے جبکہ کئی سُوتی کپڑے مثلاً شلواریں، چادریں اور تکیے کے غلاف وغیرہ اگر بہت گندے ہوں تو وہ صابن اور پانی کے محلول میں کچھ دیر اُبال لینے سے جلدی صاف ہو جاتے ہیں اور ریشے کو نقصان بھی نہیں پہنچتا۔ عام سُوتی کپڑوں کے لیے نل کا پانی ٹھیک رہتا ہے۔

ہ۔ نچوڑنا

1- سُوتی کپڑوں کو اچھی طرح مروڑ کر نچوڑیں۔

2- ریشمی کپڑوں کو زیادہ زور سے نہ نچوڑیں۔ کیونکہ یہ ریشے کے لیے نقصان دہ ہوتا ہے۔

3- اُونی کپڑوں کو دونوں ہاتھوں سے پیالہ بنا کر آہستہ آہستہ دبا کر پانی نکالیں۔

4- نائیلون اور ڈیکرون وغیرہ کے کپڑوں میں یہ خاصیت ہوتی ہے کہ کپڑا لٹکانے پر پانی لٹکے ہُوئے کپڑے کے آخری یا نچلے حصّے کی طرف خود بخود جانا شروع کر دیتا ہے اور اس طرح سے پانی خود ہی کپڑے سے نکل جاتا ہے۔ لہٰذا نائیلون اور ڈیکرون وغیرہ کے کپڑوں کو نچوڑنے کی بجائے جھٹک کر پانی نکالیں اور پھر ایک تہ دے کر ہینگر پر لٹکا دیں تاکہ باقی پانی بھی نکل جائے۔

ل۔ سُکھانا

کپڑوں کو ہمیشہ کُھلی فضا میں سُکھانا چاہیے۔ گھر کی چھت، صحن یا گراؤنڈ میں بھی آپ کپڑے سکھا سکتی ہیں۔ رنگ دار کپڑوں کو اُلٹا کر کے سکھائیں۔ جن کپڑوں کے رنگ اُڑنے کا احتمال ہو اُنھیں دھوپ میں سکھانے سے احتراز کریں۔ جن کپڑوں کو لٹکانے سے ان کی شکل خراب ہونے کا خطرہ ہو اُنھیں اُن کی اپنی شکل میں کسی سیدھی سطح پر پھیلا دیں۔ مثلاً سویٹر وغیرہ۔ کچھ کپڑے ایسے ہوتے ہیں کہ اگر اُنھیں جھٹک کر ایک تہ دے کر ہینگر میں لٹکا دیا جائے تو سُوکھنے پر کپڑے کو استری کرنے کی زیادہ ضرورت نہیں رہتی مثلاً کریمپلن وغیرہ کی پتلون اور واش اینڈ ویئر قمیض وغیرہ۔ اس کے علاوہ جن کپڑوں کو نچوڑ کر سُوکھنے کے لیے ڈالا جاتا ہے۔ ان کو نچوڑنے کے بعد اچھی طرح جھٹک کر سُوکھنے کے لیے ڈال دیں۔ اِس طرح کپڑے میں سے پانی بھی نکل جائے گا اور سلوٹیں بھی کافی حد تک نکل جائیں گی۔

کپڑے کو رسّی، تار یا ڈوری پر ڈالنے کے بعد بھی تھوڑا سا پکڑ کر کھینچیں تاکہ زیادہ سے زیادہ

سلوٹیں نِکل جائیں۔ کپڑے سکھانے کے لیے پٹ سن کی رسّی یا جلد زنگ لگ جانے والی تار استعمال نہیں کرنی چاہیے ۔ اس کی بجائے نائیلون کی ڈوری ، جست یا تانبے کا تار استعمال کریں۔

م ۔ استری کرنا

نمدار کپڑوں پر استری اچھّی ہوتی ہے۔ اِس لیے کپڑے ابھی نمدار ہی ہوں تو انہیں تار پر سے اُتار لیں۔ کیونکہ اگر کپڑے بہت زیادہ خشک ہو گئے ہوں تو ان کو نمی دینی پڑے گی ۔ نمی دینے کے لیے ایک کُھلے پیالے میں پانی لیں۔ کپڑے کو پھیلائیں اپنا دایاں ہاتھ پانی میں ڈبو کر نکال لیں اور کپڑے کے ایک حصّہ پر جھٹکیں۔ بار بار یہی عمل دہرانے سے سارا کپڑا نمدار ہو جائے گا ۔ اِس کے بعد کپڑے کو تہِ لگا کر لپیٹ دیں تاکہ نمی یکساں طور پر کپڑے میں پھیل جائے۔

استری کپڑے کی نوعیت کے لحاظ سے دو طریقوں سے کی جاتی ہے۔

1- استری کو کپڑے کے اُوپر رکھ صرف ہلکا سا دبایا جاتا ہے اور یہ عمل اس وقت تک جاری رکھتے ہیں جب تک کہ تمام کپڑے کی سلوٹیں دُور ہو جائیں۔ اس طرح سے استری کرنے کو پریس کرنا کہتے ہیں۔ عام طور پر یہ طریقہ اُونی کپڑوں کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔



2- اس طریقے میں کپڑے کو پھیلا کر گرم استری اس کے اوپر دائیں سے بائیں لے جائی جاتی ہے۔ یہاں تک کہ کپڑے کی تمام سلوٹیں دُور ہو جائیں۔ استری ہمیشہ کپڑے کے ایک سرے سے شروع کرنی چاہیے ۔ مثلاً اگر آپ قمیض استری کر رہی ہیں۔ تو سب سے پہلے قمیض کا گھیرا استری کرنا شروع کریں۔ استری شُدہ حصّے کو استری کرنے والے تختے سے نیچے لٹکا لیں۔ اور یہ عمل جاری رکھیں یہاں تک کہ قمیض کے تمام حصّے استری ہو جائیں۔ کپڑے کو پہلے پچھلی طرف سے اور پھر اگلی طرف سے استری کرنا چاہیے ۔

استری کی اقسام

بازار میں عام طور پر استری کی درج ذیل تین اقسام دستیاب ہیں۔

1- کوئلے والی استری

یہ استری عام طور پر لوہے کی ہوتی ہے لیکن چونکہ لوہے میں جلد زنگ لگ جاتا ہے اس لیے کچھ استریوں کے تلے تانبے یا پیتل کے بنا دیے جاتے ہیں ۔ استری کو دہکتے ہوئے کوئلوں سے بھر کر ڈھکنا کَس دیا جاتا ہے اور کچھ دیر رکھنے کے بعد جب استری گرم ہو جائے تو کپڑے کو استری کیا جاتا ہے۔ استری کے دونوں طرف اور پیچھے کی طرف چھید ہوتے ہیں تاکہ کوئلوں کو ہَوا لگتی رہے اور وہ



بُجھنے نہ پائیں۔ یہ استری صرف سُوتی ، لینن اور ذرا ٹھنڈی ہونے پر اُونی کپڑوں پر استعمال کی جا سکتی ہے۔ کیونکہ اس میں درجہ حرارت کنٹرول نہیں کیا جا سکتا۔

2- بجلی کی استری

یہ استری بجلی کے ذریعے استعمال کی جاتی ہے اور ہر قسم کے کپڑوں کے لیے مناسب ہے۔ اس کی مٹھی کے اُوپر یا نیچے ایک چھوٹی سی پلیٹ یا رِنگ سا بنا ہوتا ہے۔ جسے استری کا ڈائل کہتے ہیں۔ اسے گھمایا جا سکتا ہے اور ضرورت کے مطابق استری کو ہلکا یا تیز گرم کیا جا سکتا ہے۔ کپڑے کے ریشے کی نوعیت کے مطابق اس ڈائل کو سَیٹ کر لیا جاتا ہے۔ کچھ استریوں پر مختلف درجہ حرارت (مثلاً °150 سے °450 تک) پچاس پچاس یا سو سو ڈگریوں کے فرق سے لکھے ہوتے ہیں۔ جو بھی درجہ حرارت درکار ہو ڈائل کو گُھما کر وہاں لے آتے ہیں۔ اس کے لیے ہر ریشے کا درجہ حرارت جاننا ضروری ہے۔ کیونکہ غلط درجۂ حرارت پر استری کرنے سے نقصان ہو سکتا ہے۔ بعض استریوں پر کپڑوں کے نام مثلاً لینن، سُوتی ، رے آن ، ریشمی ، اُونی اور نائیلون وغیرہ لکھے ہوتے ہیں۔ چونکہ یہ استری ہر قسم کے کپڑوں کے لیے استعمال کی جا سکتی ہے اس لیے سب سے بہتر سمجھی جاتی ہے۔



3- بھاپ کی استری

یہ بجلی کی استری کی مانند ہوتی ہے۔ مگر اس کی ساخت میں کچھ فرق ہوتا ہے۔ اِس کے نچلے حصے (پلیٹ) یا مٹھی کے نیچے ایک چھوٹا سا ڈھکنا بنا ہوتا ہے جس کو ہٹا کر اس میں پانی ڈال دیتے ہیں۔ اور ڈھکن دوبارہ لگا کر جس درجہ حرارت پر کپڑا استری کرنا ہو ڈائل کو اسی درجہ حرارت پر سیٹ کیا جاتا ہے۔ جب کپڑے پر استری کی جاتی ہے تو استری کے ساتھ ساتھ کپڑے کو نمی ملتی رہتی ہے۔ اس طرح کپڑوں کو نمی نہیں دینی پڑتی یعنی کام آسان ہو جاتا ہے۔ اور قوت و وقت کی بچت بھی ہوتی ہے۔



استری کرنے کا تختہ

عام طور پر گھروں میں استری کرنے کے لیے کوئی میز یا تخت وغیرہ استعمال میں لائے جاتے ہیں۔ لیکن میز یا تخت کی نسبت استری کرنے کا تختہ (Ironing Board) کام کو آسان بنا دیتا ہے۔ استری کرنے کا تختہ عام طور پر زمین سے ایک میٹر سے ذرا کم اُونچا، 60 سم چوڑا اور 1.5 میٹر لمبا ہوتا ہے۔ بائیں جانب کا سرا ہلکی سی نوک بنائے ہوئے ہوتا ہے۔ یہ تختے بنے بنائے بھی بازار میں ملتے ہیں اور خود ناپ وغیرہ دے کر بھی بنوائے جاسکتے ہیں۔ بعض تختوں کے ساتھ بیٹھنے کے لیے سٹول بھی لگا ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ کپڑے رکھنے کے لیے خانے بھی ہوتے ہیں۔



مختلف ریشوں سے تیار کردہ کپڑوں کی دُھلائی

کپڑوں کی مناسب دیکھ بھال اور صفائی کے لیے ضروری ہے کہ ہمیں مختلف ریشوں سے تیار کردہ کپڑوں کی خصوصیات کے بارے میں علم ہوتا کہ انہیں آسانی سے دھویا جا سکے۔ کیونکہ ہر ریشے پر پانی اور صابن کا اثر مختلف ہوتا ہے۔ اس سے کپڑے کو بھی نقصان پہنچتا ہے۔ اور اس کی مضبوطی اور چمک بھی خراب ہو جاتی ہے۔

سُوتی کپڑے

1- دھونے سے پہلے رنگ دار اور سفید کپڑے علیحدہ کر لیں اور انہیں علیحدہ علیحدہ برتنوں میں بھگوئیں۔

2- رنگ دار کپڑوں کے رنگ اگر کچے ہوں تو انہیں بھگونا نہیں چاہیے بلکہ صابن کی جھاگ میں جلدی جلدی ہلکا سا مل کر دھو لیں۔ کچھ کپڑوں کے رنگ اتنے کچے ہوتے ہیں کہ پانی میں ڈالتے ہی ان کا رنگ نکلنا شروع ہو جاتا ہے۔ ایسی صورت میں پانی میں ایک چھوٹا چمچہ پسی ہوئی پھٹکڑی یا ایک بڑا چمچہ پسا ہُوا نمک ڈال دیں تو کپڑے کا رنگ نہیں نکلے گا۔

3- سُوتی کپڑے دھونے کے لیے عام نل کا پانی ٹھیک رہتا ہے۔ البتہ بہت گندے سفید کپڑے گرم پانی اور صابن کے محلول میں بھگوئیں تاکہ مَیل جلدی نِکل جائے اور دھونے میں آسانی رہے۔ ایک تسلے میں صابن اور پانی کا محلول بنائیں۔ جب جھاگ بن جائے تو کپڑے کو اس میں اچھی طرح سے ملیں۔

4- زیادہ میل والے حِصّوں مثلاً کالر، کف، قمیض کے دامن وغیرہ پر تھوڑا سا صابن کا پاؤڈر ڈال کر اچّھی طرح سے رگڑیں تاکہ میل صاف ہو جائے۔ کپڑے کو رگڑنے کے ساتھ ساتھ دونوں ہاتھوں سے دبا دبا کر مَیل بھی نکالتی جائیں تاکہ کپڑے کا مَیل اچّھی طرح نِکل جائے۔ اگر صابن کے پاؤڈر کی بجائے صابن کی ٹکیا استعمال کرنی ہو تو اس صورت میں تسلے میں اتنا پانی لیں جس میں کپڑا پوری طرح سے بھیگ جائے اور پھر اس پر صابن ملیں۔ جو حصّے زیادہ مَیلے ہوں ان پر صابن زیادہ ملیں اور پھر کپڑے کو خُوب رگڑیں ۔ زیادہ مَیلے حصّوں کو ہاتھ سے رگڑنے کی بجائے کپڑے دھونے کے بُرش سے بھی رگڑا جا سکتا ہے۔

5- جب یہ یقین ہو جائے کہ کپڑے کا مَیل اچّھی طرح سے نکل گیا ہے تو اُسے نچوڑ لیں۔ کپڑے کو دوہرا کر کے بائیں ہاتھ میں پکڑ کر دائیں ہاتھ سے مروڑیں۔

6- بچے ہوئے صابن میں کوئی اور مَیلا کپڑا مَل لیں تاکہ یہ صَابن ضائع نہ ہو۔

7- تسلے کا صابن گرا کر اس میں صاف پانی لیں اور صابن والے کپڑے اس میں اچّھی طرح سے تتھار لیں۔ کپڑے کو دو تین بار صاف پانی سے نکالیں تاکہ صابن اچّھی طرح سے نِکل جائے۔ (تتھارنے کے لیے اگر پہلی دفعہ گرم پانی استعمال کر لیا جائے تو صابن جلد نِکل جاتا ہے)

8- اگر کپڑا حسبِ منشا صاف نہ ہُوا ہو تو ایک مرتبہ پھر صابن لگا کر صاف پانی سے دھو لیں۔ یہ خیال رہے کہ صابن اچّھی طرح سے نکل جائے ورنہ سفید کپڑے استری کرنے پر پیلے ہو جائیں گے اور رنگ دار کپڑوں کے رنگ خراب ہو جائیں گے۔ نیز کپڑے میں صابن رہ جانے سے کپڑا کمزور ہو جاتا ہے۔

9- کپڑے دُھل جانے کے بعد اُنہیں سفید کرنے کے لیے رنگ کاٹ اور نیل استعمال کیا جاتا ہے اور باریک کپڑوں مثلاً وائل وغیرہ کے لیے کلف استعمال کی جاتی ہے۔ تاکہ کپڑے خوبصورت لگیں۔

صرف سفید سُوتی اور لینن کے کپڑوں کو مزید سفید دکھانے کے لیے نیل اور رنگ کاٹ استعمال کیے جاتے ہیں مثلاً "لیکو"۔ اس کے لفافے پر استعمال کرنے کا طریقہ بھی دیا جاتا ہے۔ ایک شلوار یا قمیض کے لیے تقریباً دو کلو پانی لیں۔ اس میں چائے کا آدھا چمچہ رنگ کاٹ اور تھوڑا سا نیل تھوڑے پانی میں گھول کر ڈال دیں تاکہ نیل اور رنگ کاٹ کی پھٹکیاں نہ بنیں۔ ان دونوں کو خوب اچّھی طرح تھوڑے سے پانی میں گھول کر کپڑے کو ڈبوئیں اور ساتھ ساتھ ہلاتی رہیں تاکہ نیل کپڑے پر یکساں رہے۔ (یہ دیکھنے کے لیے نیل بہت زیادہ تو نہیں ہے کپڑے کا تھوڑا سا حصّہ اس میں ڈبو کر اور نچوڑ کر دیکھیں ۔ اگر نیل زیادہ ہو تو اور پانی ملا کر اسے ہلکا کر لیں) پانی میں سے کپڑے کو نکال کر اچھی طرح نچوڑ لیں۔

10- سُوتی اور لینن کے کپڑوں کے لیے کلف بھی استعمال کی جاتی ہے تاکہ وہ اکڑ کر خوبصورت لگیں۔

ویسے تو بازار میں تیارشدہ کلف بھی مِلتی ہے لیکن وہ بہت مہنگی پڑتی ہے اس لیے کلف آپ گھر پر خود تیار کر سکتی ہیں۔ اِس کے لیے چار لٹھے کی شلواروں کے لیے ایک دیگچی میں چھ پیالی پانی لیں۔ اس میں تین بڑے چمچ اراروٹ یا میدہ گھول لیں۔ اسے درمیانی آنچ پر پکائیں اور پورا وقت لکڑی کے چمچ سے ہلاتی رہیں تاکہ پھٹکیاں نہ بن جائیں۔ کچھ دیر پکنے کے بعد کلف اُبلنے لگے گی ۔ آگ دھیمی کر کے پکاتی رہیں جب تک کہ اس کا رنگ پانی کی طرح یعنی بے رنگ ہو جائے۔ اسے چمچ ہلا ہلا کر ٹھنڈا کریں تاکہ سطح پر اس کی تہ نہ جم جائے۔ بعدازاں تھوڑے سے پانی میں ایک سے ڈیڑھ پیالی کلف ڈال کر ایک وقت میں ایک کپڑا بھگوئیں۔ اگر نیل اور رنگ کاٹ بھی ڈالنا ہو تو نیل اور رنگ کاٹ والے پانی ہی میں کلف ڈال لیں۔ کپڑے کو اچّھی طرح سے نچوڑ لیں اور جھٹک کر تار پر پھیلا دیں۔ سفید کپڑوں کو تیز دھوپ میں ڈال دیں لیکن رنگ دار کپڑوں

کو چھاؤں میں مگر ہوادار جگہ پر پھیلائیں۔

کپڑے ابھی ذرا نمدار ہی ہوں تو استری کر لیں اور ہینگر میں ڈال کر یا تہ کر کے رکھ دیں۔

اُونی کپڑے

1- اُونی کپڑوں کی دُھلائی میں خاص احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے۔ انہیں دھونے سے پہلے بھگویا نہیں جاتا۔ لیکن زیادہ گندے اُونی کپڑے پانچ منٹ کے لیے نل کے پانی میں بھگوئے جا سکتے ہیں۔ بہت گرم پانی استعمال نہ کریں۔ اس سے کپڑا سُکڑ کر جُڑ جاتا ہے۔ ہر قسم کے اُونی کپڑے نل کے پانی اور ہلکی قسم کے صابن کے جھاگ میں دھوئیں۔

2- کپڑے کو جھاگ میں دبائیں مگر رگڑیں نہیں۔ جب کپڑا صابن کے جھاگ میں اچھی طرح صاف ہو جائے تو اسے دو تین مرتبہ صاف پانی میں سے نکالیں۔ پانی کا درجہ حرارت وہی ہونا چاہیے جو کہ صابن کی جھاگ بنانے کے لیے استعمال کیا گیا تھا۔ (2.1 الف)

3- اُونی سویٹر وغیرہ دھونے سے پہلے ایک کاغذ پر پھیلا کر اُن کی اصلی شکل پنسل سے بنا لیں۔(2.1 ب)

4- سویٹر کو سیدھا کر کے باقی اُونی کپڑوں کی طرح ہی دھوئیں۔ لیکن دھونے کے بعد پانی سے نکالتے وقت سویٹر کو دونوں ہاتھوں پر اٹھائیں تاکہ کوئی حصّہ بھی لٹکنے نہ پائے۔

5- سویٹر کو ایک بڑے تولیے پر پھیلا کر اور لپیٹ کر دبائیں تاکہ سارا پانی اچّھی طرح سے نکل جائے۔(2.1 ج)

6- اس کے بعد اسے کاغذ پر بنائے ہُوئے خاکے پر پھیلا دیں۔ (2.1 د)

7- سویٹر کو دھوپ میں زیادہ دیر تک نہ سکھائیں۔

8- بعض سویٹروں پر قدرتی بُر ہوتا ہے۔ دھونے کے بعد اسے دوبارہ نمایاں کرنے کے لیے ہلکا سا بُرش لگائیں۔

9- خالص اون کے سویٹر کو استری نہیں کیا جاتا۔ لیکن اگر استری کرنا ضروری ہو تو پھر سویٹر پر ململ کا کپڑا رکھ کر استری کرنا چاہیے ۔ نم دار کپڑا استعمال نہیں کرنا چاہیے ۔ کیونکہ حرارت ، دباؤ اور نمی سے سویٹر کی اون جُڑ جاتی ہے۔

سویٹر کی دُھلائی کا طریقہ



2.1 الف



2.1 ب



2.1 ج



2.1 د

ریشمی کپڑے

ریشمی کپڑوں کے لیے نیم گرم پانی اور ہلکے صابن کا جھاگ استعمال کریں۔ ریشمی کپڑوں کو بھی صابن کے جھاگ میں دبا کر ان کا مَیل نکالا جاتا ہے۔ اُونی کپڑوں کی طرح انہیں بھی رگڑنا نہیں چاہیے۔ پہلے سفید کپڑے دھوئیں۔ پھر ہلکے رنگوں کے کپڑے اور پھر تیز رنگوں کے کپڑے۔ جب جھاگ مَیلا ہو جائے تو کپڑے کو ہاتھوں میں دبا کر نچوڑیں اور نیم گرم پانی میں کم از کم دو یا تین مرتبہ دھوئیں تاکہ تمام صابن کپڑے میں سے نِکل جائے۔ ہاتھوں میں دبا کر پانی نکالیں۔ اور کپڑے کو ہینگر میں ڈال کر سکھائیں۔

ریشمی کپڑے ابھی نمدار ہی ہوں تو اُنہیں استری کر لیں۔ کوشش یہی ہونی چاہیے کہ ریشمی کپڑوں کو نمی نہ دی جائے کیونکہ خشک ریشمی کپڑے کو نمی دینے سے ان پر دھبے پڑ جاتے ہیں۔ زیادہ گرم استری استعمال نہ کریں بلکہ ڈائل سیٹ کر کے استری کریں۔

سوالات

1- مِل جُل کر کام کرنا کیوں ضروری ہے۔ وقت کی منصوبہ بندی کرتے وقت کِن کن باتوں کو مدِ نظر رکھنا چاہیے۔

2- کپڑوں کی ہفتہ وار دیکھ بھال میں کون کون سے کام شامل ہیں؟

3- کپڑوں کی دھلائی کِن کن مراحل سے گذر کر مکمل ہوتی ہے۔

4- سوتی کپڑوں کی دھلائی کا طریقۂ کار لکھیں۔

5- اونی کپڑوں کو دھوتے وقت کِن کِن باتوں کو مدِ نظر رکھنا ضروری ہے؟

6- درج ذیل بیانات میں سے درست بیان پر نشان ✓ لگائیں۔

الف ۔ گھر ایک حکومت کی مانند ہے۔

ب ۔ جسمانی مشقت کے کام شام کے وقت کرنے چاہییں۔

ج۔ کپڑوں کی دیکھ بھال روزانہ ، ہفتہ وار اور سالانہ ہوتی ہے۔

د ۔ دھونے سے پہلے ادھڑے ہوئے اور پھٹے ہوئے کپڑوں کی مرمت کرنا ضروری نہیں۔

ب ۔ جسمانی مشقت کے کام شام کے وقت کرنے چاہییں۔

ج۔ کپڑوں کی دیکھ بھال روزانہ ، ہفتہ وار اور سالانہ ہوتی ہے۔

د ۔ دھونے سے پہلے ادھڑے ہوئے اور پھٹے ہوئے کپڑوں کی مرمت کرنا ضر ی نہیں۔

ہ ۔ زیادہ میلے کپڑوں کو صابن اور گرم پانی کے محلول میں بھگونا چاہیے۔

7- مناسب لفظ لگا کر خالی جگہوں کو پُر کریں۔

الف ۔ گھر کی ذمہ داریاں مختلف ـــــــ میں بٹی ہوتی ہیں۔

ب ۔ گھر کے تمام افراد کو ـــــــ کر کام کرنا چاہیے ۔

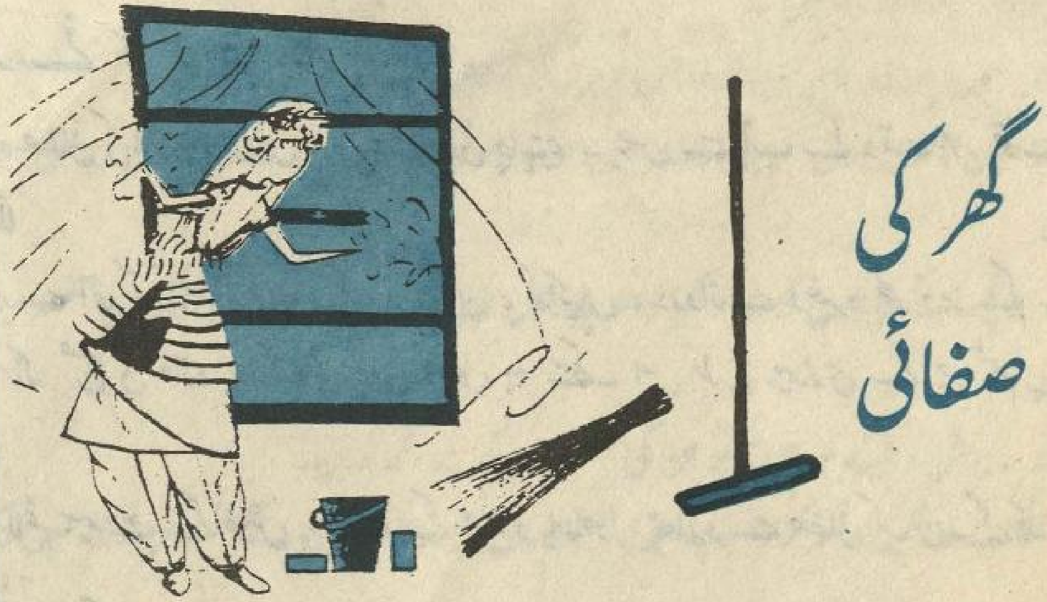
ج ۔ منصوبہ میں ـــــــ کی گنجائش ہونی چاہیے ۔

د ۔ کپڑوں کو ہمیشہ ـــــــ فضا میں سُکھانا چاہیے ۔

ہ ۔ دھونے سے پہلے ـــــــ اور ـــــــ کپڑے علیحدہ کر لیں۔

3

گھر کی صفائی



گھر ایک ایسی جگہ ہے۔ جہاں ہمارا بیشتر وقت گذرتا ہے۔ اس لیے گھر کو بہت آرام دہ اور صاف سُتھرا ہونا چاہیے۔ گھر کو خوبصُورت دکھانے میں صفائی کو بہت زیادہ اہمیت حاصل ہے ۔ صاف ستھرا گھر دیکھ کر سکون اور خوشی ہوتی ہے۔ اور اس میں رہنے والے افراد کی خوش ذوقی کا احساس ہوتا ہے۔

گھر میں سینکڑوں قسم کی چیزیں موجود ہوتی ہیں۔ جن میں سے بعض کو ہر روز متعدد بار صاف کیا جاتا ہے۔ جب کہ بعض کو ہفتہ وار اور بعض کو کبھی کبھار ہی صاف کیا جاتا ہے۔ چیزوں کی نوعیت خواہ کیسی ہی کیوں نہ ہو ان کو صاف کرنا ضروری ہے۔ اس لیے گھر کی صفائی کو تین اقسام میں تقسیم کیا جاتا ہے۔

1- روزمرہ صفائی (Daily Cleaning)

2- ہفتہ وار صفائی (Weekly Cleaning)

3- سالانہ صفائی (Yearly or Seasonal Cleaning)

1- روزمرّہ صفائی (Daily Cleaning)

روزمرّہ صفائی میں دروازوں ، کھڑکیوں کی جھاڑ پونچھ ، فرنیچر ، قالین اور فرش وغیرہ کی صفائی شامل ہے۔

صفائی کرنے کا طریقۂ کار

روزمرہ صفائی کی ترتیب اس طرح سے ہونی چاہیے ۔ جس سے آپ کے وقت اور قوت کی بچت ہو سکے۔ مثلاً

1- صبح سویرے اٹھ کر تمام کمروں کے روشندان ، کھڑکیاں ، دروازے وغیرہ کچھ دیر کے لیے کھول دیں ۔ تاکہ صبح کی تازہ ہوا کمروں میں داخل ہو سکے۔ اس طرح بیماری کے جراثیم پیدا نہیں ہوتے ۔

2- چپس یا ملائم سیمنٹ کے فرش پر دَب کے جھاڑو یا پھول جھاڑو سے صفائی کریں۔ کیونکہ اس سے گرد کم اڑتی ہے۔

3- قالین یا دری پر بُرش سے صفائی کریں۔ اس کے علاوہ بانسی جھاڑو سے بھی قالین یا دری کو صاف کیا جا سکتا ہے۔

4- فرش پر جھاڑو لگاتے ہوئے دیوار کے کونوں ، کناروں اور فرشی پٹیوں وغیرہ پر بھی جھاڑو لگائیں۔

5- دیوار کے کونوں پر جہاں تک ہاتھ کی پہنچ میں چھوٹا موٹا جالا دکھائی دے ۔ اُسے بھی اتار لیں۔

6- جھاڑو مکمل ہونے پر فرنیچر ، کھڑکیوں ، دروازوں و دیگر اشیا کی جھاڑ پونچھ کر لیں۔

7- جھاڑ پونچھ کے لیے ہمیشہ نرم و جاذب کپڑا استعمال کریں۔ اور اس کو ذرا سا نم دار کر لیں۔ تاکہ گرد آسانی سے اس میں جذب ہو جائے۔

8- جھاڑ پونچھ کی ابتدا ہمیشہ بڑی چیزوں مثلاً الماریوں، کھڑکیوں ، دروازوں وغیرہ سے کریں۔ اور پھر بتدریج چھوٹی اشیا کی جھاڑ پونچھ کریں۔

9- کمرے میں بچھے میز پوش یا چادر وغیرہ کو کمرے سے باہر لے جا کر جھٹک کر دوبارہ بچھا دیں۔

10- جھاڑ پونچھ کے بعد فرش، پر پوچا لگائیں۔ پوچے کے لیے نرم ، موٹا اور جاذب قسم کا کپڑا مثلاً پرانا کھیس ، تولیہ وغیرہ استعمال کریں۔ لیکن خیال رہے کہ اس کے دھاگے نہ نکلتے ہوں۔

11- پُوچا اچھی طرح دُھلا ہوا اور صاف ستھرا استعمال کریں اور اس کو فینائل کے پانی میں بھگو کر اور

نچوڑ کر فرش پر لگائیں ۔ تاکہ فرش میں صفائی اور چمک پیدا ہو۔

12- پُوچے کو ہر بار دوسرے کمرے میں لگانے سے پہلے اچھی طرح سادہ پانی سے دھو کر فینائل میں بھگو کر اور نچوڑ کر لگائیں۔

13- کمروں میں موجود تمام اشیا کو واپس ان کے ٹھکانوں پر رکھ دیں۔

14- اگر گھر میں پھول ہوں تو ہر کمرے میں تازہ پھول لگائیں اس سے کمرے کی رونق میں اضافہ ہوتا ہے۔

15- جھاڑ پونچھ کے کپڑوں کو دھو کر دھوپ میں پھیلا دیں اور سوکھنے پر ان کی مخصوص جگہ پر رکھ دیں۔

16- جھاڑو ، برش وغیرہ کو جھاڑ کر ان کی مخصوص جگہ پر رکھ دیں۔

17- پوچا لگانے والا کپڑا دھو کر دھوپ میں پھیلا دیں۔ بعدازاں اس کے مخصوص حصے میں رکھ دیں۔

2- ہفتہ وار صفائی (Weekly Cleaning)

ہفتہ وار صفائی میں زیادہ تر ایسے کام شامل ہیں۔ جن کو اکثر چھٹی کے دن کے لیے چھوڑ دیا جاتا ہے۔ یا پھر ہفتے کا ایک دن مقرر کر کے اِن کر کیا جاتا ہے۔ مثلاً کپڑے دھونا ، گھر کی دیواروں ، چھتوں وغیرہ کی صفائی ، آرائشی چیزوں کی پالش ، پھٹے پرانے کپڑوں کی مرمت و سلائی وغیرہ ۔

صفائی کرنے کا طریقۂ کار

1- کمرے کے تمام گدے ، تکیے ، پائیدان اور گدیاں وغیرہ نکال کر دھوپ اور ہوا میں رکھ دیں۔

2- پلنگ ، میز ، کرسی ، صوفے وغیرہ دیوار سے ہٹا کر کمرے کے وسط میں کر لیں۔ اور ان کو کسی پرانی چادر یا اخباروں سے ڈھانپ دیں۔

3- لمبے بانس پر جالے اتارنے والا برش لگائیں۔ اور چھتوں ، دیواروں اور کونوں پر سے جالے اتار لیں۔

4- پھر بُرش کے گرد نرم کپڑا باندھ کر گدی سی بنا لیں اور اس کو دیواروں ، چھتوں پر پھیریں تاکہ دیواروں پر جمی ہوئی گرد صاف ہو جائے۔

5- تصویروں کے شیشوں ، آئینے اور کھڑکیوں وغیرہ کی صفائی اس طریقے سے کریں۔

i- ایک گلاس پانی میں 1/2 چمچ دھوبی سوڈے کا ڈال کر محلول بنا لیں۔

ii- نرم سوتی کپڑا لیں۔ اس کو اس محلول میں بھگو کر نچوڑ لیں اور شیشوں پر لگائیں۔

iii- پھر خشک سوتی کپڑے سے صاف کر لیں۔ یا اخبار کے کاغذ کو تھوڑا سا نم دار کر کے اس سے شیشوں کو صاف کر لیں۔

6- قالین اور فرش کی صفائی کر لیں۔

7- تمام چادریں ، کاغذ وغیرہ احتیاط سے لپیٹ کر باہر لے جا کر رکھ دیں۔

8- پلنگ ، میز ، کرسی ، صوفے وغیرہ کو ان کے ٹھکانوں پر رکھ دیں۔

9- باہر رکھے ہوئے گدے ، بستر کی چادریں ، گدیاں وغیرہ واپس اپنی جگہ پر لا کر بچھا دیں۔

10- کمرے کے تمام پلنگ پوش ، میز پوش ، بستر کی چادریں اور تکیے کے غلاف تبدیل کر لیں اور پرانے غلاف وغیرہ دھلائی کے لیے علیحدہ کر دیں۔

11- کتابوں کے شیلف یا تصویروں وغیرہ کے کنارے چونکہ روزانہ سرسری ہی صاف کیے جاتے ہیں۔ اس لیے ان کو بھی برش یا کپڑے سے صاف کر لیں۔

12- بجلی کے بلب ، شیڈ ، سوئچ وغیرہ بھی صاف کر لیں۔

13- گھر میں موجود پیتل ، تانبے ، لوہے وغیرہ کی سجاوٹی چیزوں کو ہفتے میں ایک بار پالش کر کے چمکانا ضروری ہے۔ ورنہ یہ چیزیں بدرنگ ہو کر اپنی کشش و دلکشی کھو دیتی ہیں۔ ان تینوں دھاتوں کی صفائی کے لیے سب سے سستی ، زیادہ دستیاب اور آسان چیز لیموں اور نمک ہے۔ ان چیزوں کی پالش درج ذیل طریقے سے کریں۔

i- کپڑے سے گرد کو صاف کر لیں۔

ii- لیموں کو نمک لگا کر دھات پر لگائیں اور کچھ دیر کے لیے ملتی رہیں ۔

iii- پھر وِم سے مانجھ کر نرم سوتی کپڑے سے خشک کر لیں ۔اس طرح یہ چمکنے لگیں گی۔

14- کپڑوں کی الماریوں میں بے احتیاطی سے اور الٹے سیدھے طریقے سے رکھے ہوئے کپڑوں کو تہ لگا کر ترتیب سے رکھ دیں۔

15- جوتوں وغیرہ کو بھی صاف کر کے ترتیب سے رکھ دیں ۔

16- باورچی خانے کی الماریوں میں رکھے ہوئے ڈبے ، چیزیں اور برتن بھی ہفتے میں ایک بار درست کر کے صاف کر لیں۔

17- غسل خانے کے بیسن اور فلش (Flush) پر اگر پانی کے پیلے پیلے داغ ہوں تو انہیں نمک کے تیزاب سے صاف کر لیں۔

3- موسمی صفائی (Yearly or Seasonal Cleaning)

ہمارے ملک میں تقریباً ہر تین ماہ بعد موسم تبدیل ہو جاتا ہے۔ اور موسم کی اس تبدیلی پر ہماری چند ضروریات بھی اس کے تقاضوں کے مطابق تبدیل ہو جاتی ہے۔ جن میں لباس اور بستر وغیرہ کے استعمال میں تبدیلی لانا ضروری ہے۔ اس کے علاوہ گھر کی سفیدی ، دروازوں کھڑکیوں کی پالش اور فرنیچر وغیرہ کی پالش کروانا بھی ضروری ہو جاتا ہے۔

1- سفیدی کروانا

سال میں ایک مرتبہ ضرور اور وہ بھی برسات کے بعد گھروں کو سفیدی یا رنگ و روغن کروانا ضروری ہوتا ہے۔ اس لیے سفیدی کروانے سے پہلے درج ذیل حفاظتی تدابیر اختیار کر لینی چاہییں تاکہ سفیدی کا داغ کسی جگہ نہ لگے مثلاً

1- کمرے کے فرش پر دیواروں کے ساتھ ساتھ اخباری کاغذ بچھا دیں اور ان پر تھوڑے تھوڑے فاصلے پر چھوٹے چھوٹے پتھر رکھ دیں تاکہ کاغذ اڑنے نہ پائیں۔

2- کھڑکیوں کی سِلوں (Sills) پر بھی کاغذ بچھا دیں۔

3- دروازوں اور کھڑکیوں کو پرانے اور ردی شدہ کپڑوں سے ڈھانپ دیں۔

4- سفیدی مکمل ہو جانے پر احتیاط سے ان کپڑوں اور کاغذات کو لپیٹ کر اتار لیں۔

5- اگر پھر بھی کسی جگہ بے احتیاطی سے سفیدی کا داغ لگ جائے تو کپڑا گیلا کر کے سفیدی کے داغ پر لگائیں۔ اور پھر صاف کر لیں۔ اس طریقے سے داغ بالکل اتر جائے گا۔

6- اسی طرح اگر فرش یا شیشے پر روغن کرنے کے دوران کوئی داغ لگ جائے تو اُسے اتارنے کے لیے تارپین کے تیل میں کپڑے کا سرا ڈبو کر ہلکا سا نچوڑیں ۔ اور داغ پر لگا دیں۔ نرم پڑنے پر داغ بآسانی اُتر جائے گا۔

2- فرنیچر کی صفائی

فرنیچر کی سالانہ یا موسم بدلنے پر صفائی نہایت ضروری ہے۔ گرم چائے کی پیالی میز پر رکھنے یا فرنیچر کو بے احتیاطی سے استعمال کرنے سے اس پر داغ دھبے پڑ جاتے ہیں۔ جن کو دور کرنے کے لیے فرنیچر کو پالش کرنا ضروری ہے۔ یہ پالش آپ درج ذیل طریقے سے گھر پر خود بھی تیار کر کے فرنیچر کو پالش کر سکتی ہیں۔

1- فرنیچر پالش بنانے کے لیے تارپین کا تیل ، السی کا تیل ، سپرٹ اور سرکہ برابر مقدار میں لے کر کسی بوتل یا مرتبان میں اچھی طرح ملا لیں۔
2- کسی نرم کپڑے سے فرنیچر کی گرد کو صاف کریں۔
3- پرانے کپڑے کی گدی سی بنا کر پالش کو فرنیچر پر لگائیں۔
4- نرم کپڑے کے ساتھ فرنیچر کو اچھی طرح رگڑیں۔ یہاں تک کہ اس کی سطح چمکنے لگے۔

3- دھات سے بنی چیزوں کی صفائی

1- صفائی کرنے والی جگہ پر اخبار کا کاغذ بچھائیں اور اس پر صاف ہونے والے برتن کو رکھیں
2- ڈسٹر سے یا کسی پرانے دانتوں والے برش سے اسے صاف کریں۔ تاکہ اس کے گہرے حصوں میں سے دُھول اور گرد وغیرہ صاف ہو جائے۔
3- پرانے مگر نرم سوتی کپڑے پر براسو یا سلو پالش لگائیں اور اس کو صاف ہونے والے برتن پر لگا کر تھوڑی دیر کے لیے رکھ دیں تاکہ میل نرم پڑ جائے ۔
4- اب اس کو ڈسٹر سے رگڑ کر چمکا لیں۔
5- لیموں کے رس اور نمک سے بھی اسی طریقے سے پیتل اور تانبے کی چیزوں کو چمکایا جا سکتا ہے۔

گھر صاف ستھرا رکھنے کے لیے چند عمومی اقدامات

گھر کو صاف ستھرا رکھنا صرف ایک شخص پر ہی منحصر نہیں بلکہ گھر کے تمام افراد کو اس میں برابر کا شریک ہونا چاہیے۔ کیونکہ گھر چاہے چھوٹا ہو یا بڑا ، ہمیشہ صاف ستھرا اور قرینے سے آراستہ ہی پسند کیا جاتا ہے۔ اس لیے اس کی صفائی کی طرف خصوصی توجہ دینا ضروری ہے۔ مثلاً

1- ہر استعمال کی چیز کے لیے کوئی مخصوص ٹھکانہ ضرور ہونا چاہیے۔

2- گھر کے ہر شخص کو چاہیے کہ جو چیز جس جگہ سے اٹھائی جائے اس کو استعمال کے بعد فوری طور پر اُسی جگہ واپس رکھ دے تاکہ دوسرے لوگوں کو بھی اور ہر مرتبہ استعمال کرنے کے لیے بھی اُسے سارے گھر میں نہ ڈھونڈنا پڑے۔

3- ہر فرد کو اپنی چیزیں مناسب جگہ پر رکھنی چاہییں۔ مثلاً اسکول یا کالج سے واپس آنے کے بعد جوتے اور کپڑے تبدیل کر کے ان کی مناسب جگہ پر رکھنے چاہییں۔ کتابوں کا بستہ اور ٹفن وغیرہ بھی مخصوص جگہوں پر رکھے جائیں۔

4- گھر کا کوڑا کرکٹ پھینکنے کا مناسب انتظام ہونا چاہیے۔ باورچی خانے کا کوڑا اور چھلکے وغیرہ پھینکنے کے لیے ایک علیحدہ بکس یا ڈبہ ایسی جگہ پر رکھیں جو باورچی خانے کے نزدیک یا اندر ہی ہو ۔ اس مقصد کے لیے پلاسٹک کی بڑی ڈھکن دار بالٹی مناسب رہتی ہے۔ اس بالٹی کو رات صاف کر کے دھو کر اور اوندھا کر کے رکھ دینا چاہیے۔

5- تمام کمروں میں بھی کاغذ ، بال وغیرہ پھینکنے کے لیے چھوٹے ڈبے یا ٹوکریاں رکھ دیں۔ تاکہ کمرے صاف ستھرے رہیں۔

6- گھر کے چھوٹے بچوں کو بھی آرام اور پیار سے صفائی کے طریقے سمجھاتی رہیں۔ تاکہ وہ اس کو عادت کے طور پر سیکھ سکیں ۔

سوالات

1- گھر کو صاف ستھرا رکھنا کیوں ضروری ہے؟ گھر کی روزمرہ صفائی کرنے کا طریقہ کار تحریر کریں۔

2- گھر کی ہفتہ وار صفائی سے کیا مراد ہے؟ تفصیلاً لکھیں۔

3- موسمی صفائی میں کِن کِن چیزوں کی صفائی شامل ہے؟

4- پیتل تانبے اور چاندی کی چیزوں کو صاف کرنے کا طریقہ لکھیں۔

5- گھر کو صاف ستھرا رکھنے کے لیے کن عمومی اقدامات کو مدِ نظر رکھنا ضروری ہے۔

6- مناسب لفظ لگا کر خالی جگہوں کو پر کریں۔

i- صاف ستھرا گھر دیکھ کر ـــــ اور ـــــ ہوتی ہے۔

ii- روزمرہ صفائی میں ـــــ شامل ہیں۔

iii- جھاڑ پونچھ کے لیے ہمیشہ ـــــ کپڑا استعمال کریں۔

iv- تازہ پھول لگانے سے کمروں کی ـــــ میں اضافہ ہوتا ہے۔

v- ہفتہ وار صفائی میں ـــــ شامل ہیں۔

7- درج ذیل بیانات میں سے درست بیان پر نشان ✓ لگائیں۔

i- گھر کو خوبصورت دکھانے میں صفائی کو بہت زیادہ اہمیت حاصل ہے۔

ii- جھاڑ پونچھ سے پہلے فرش پر پوچا لگائیں۔

iii- صفائی کرنے کے بعد کمرے میں موجود تمام اشیا کو اُن کے ٹھکانوں پر واپس رکھ دیں۔

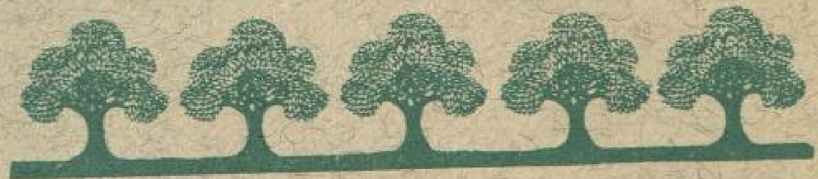
iv- دھات کی چیزوں کو ہفتے میں ایک بار پالش کرنا ضروری نہیں۔

v- سفیدی کروانے سے پہلے احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہییں۔ تاکہ سفیدی کا داغ نہ پڑے۔





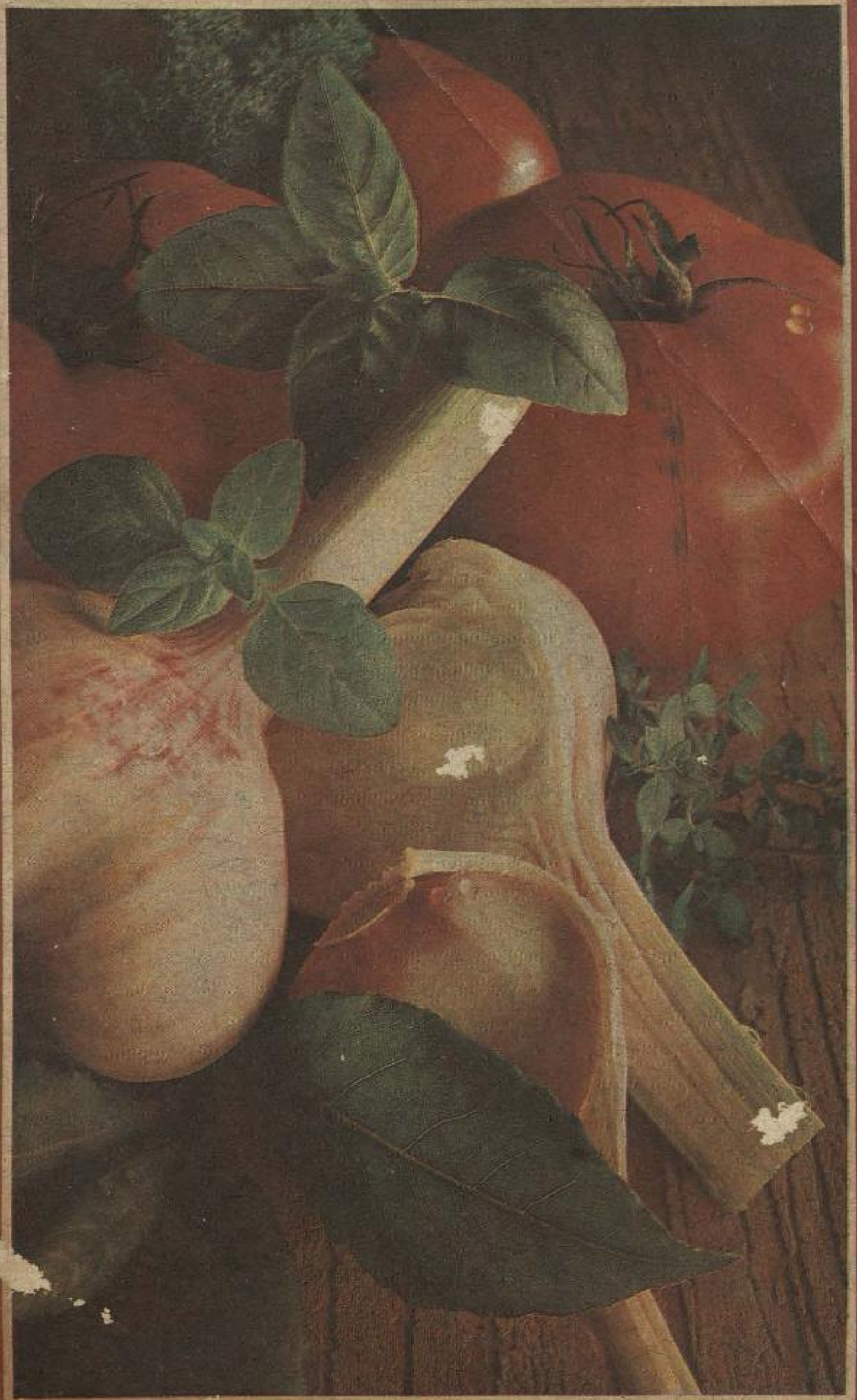
دور ہو گی مٹی دھول = درخت لگانا تو نہ بھول



تیار کردہ: پنجاب ٹیکسٹ بک بورڈ، لاہور منظور کردہ: قومی ریویو کمیٹی وفاقی وزارتِ تعلیم حکومت پاکستان

قومی ترانہ

پاک سرزمین شاد باد کشورِ حسین شاد باد
تو نشانِ عزمِ عالی شان ارضِ پاکستان
مرکزِ یقین، شاد باد
پاک سرزمین کا نظام قوتِ اخوتِ عوام
قوم، ملک، سلطنت پائندہ تابندہ باد
شاد باد منزلِ مراد
پرچمِ ستارہ و ہلال رہبرِ ترقی و کمال
ترجمانِ ماضی، شانِ حال جانِ استقبال
سایۂ خدائے ذوالجلال



سیریل نمبر [illegible]

قیمت	تعداد اشاعت	طباعت	ایڈیشن	تاریخ اشاعت
11-30	57,000	اوّل	اوّل	مارچ 1992